

جدید سائنس کی روشنی میں بادام کے خواص و فوائد

# بادام علاج

حکیم محمد طارق مدنی

www.iqbalkalmati.blogspot.com



# فہرست

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر	عنوان
26	بالوں کی صفائی	7	تعارف بادام
26	بالوں کی لمبائی	7	شیریں بادام
26	بالوں کی مضبوطی	7	روغن بادام
26	بالوں کی مضبوطی	8	تلخ بادام
27	بالوں کی نشوونما	13	خواص اقسام بادام
27	بالوں کے امراض	13	بادام بربری
27	بالوں کے لئے شیمپو	14	بادام بنگالی
27	بچوں کی لاغری	16	بادام سیلونی
27	بہراپن	17	بادام شیریں
28	بھٹے ہونٹ	19	بادام صحرائی
28	ترتیب	21	بادام مدراسی
28	تسہیل ولادت	23	امراض کا علاج
28	تھکاوٹ	23	عضوتناسل کی خارش
28	جنسی امراض	24	آنکھوں سے پانی بہنا
35	چکنی جلد کی صفائی	24	سیاہ حلقوں کے لئے
36	حکے اور نارمل بال	24	اعصابی تناؤ
36	چنبیل	24	بالجھر
36	چہرے کا ماسک	24	بال بڑھانے کے لیے
37	چہرے کی جلد کی صفائی	25	بالوں کی حفاظت کا طریقہ
37	چہرے کی چمک	26	بالوں کی خوبصورتی

## جملہ حقوق بحق پبلشر محفوظ ہیں

نام کتاب ..... بادام سے علاج  
 مؤلف ..... حکیم محمد طارق مدنی  
 بااہتمام ..... خالد علی  
 قیمت ..... 40/- روپے



صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر
37	چہرے کی چھائیاں دور	46
37	چہرے کی حفاظت	46
38	چہرے کے بدنمادارغ	47
38	چہرے کے بھورے تلوں	47
38	چہرے کے نکھار	47
38	خارش	47
39	خارش تر	47
39	پھٹے بالوں کے لئے	47
39	خشک اور کھر دری جلد	48
40	خشک جلد	48
40	خشک کھانسی	48
41	خصیوں کی خارش	48
41	جلد کی تابناکی	48
41	درد	49
41	درد کمر	49
41	دماغی تقویت کے لئے	49
41	دماغی خشکی	49
42	رسولی	49
42	رگیں پھولنا	50
42	روغن بادام کے فوائد	51
43	روغن بادام کے فوائد	51
45	سانولی رنگت کے لئے	52
45	سرخی مائل بالوں	52
46	سرکی الرجی کے لئے	52
46	سرکی خارش اور سوزش	53
	سر کے بالوں کا کنڈیشنر	
	سکری کا علاج	
	سوزش	
	فانج - ادھرنگ - لقوہ	
	قبض	
	قدرتی گلیسر	
	کان کا درد	
	چہرے کی حفاظت	
	گنجاپن	
	نازک جلد کی حفاظت	
	نسیان کے خاتمہ	
	نقرس - گٹھا	
	ہونٹوں کی خشکی	
	درد کرتے دانتوں کا علاج	
	ہونٹوں کی خوبصورتی	
	بادام کی مفردات	
	اسہالین	
	اٹریفل	
	اعصابی	
	اکسیر آتشک	
	اکسیر برص	
	اکیر بے خوابی	
	اکسیر بخیر معدہ	
	اکسیر جہر	
	اکسیر خارش	

صفحہ نمبر	عنوان	صفحہ نمبر
73	دوائے مقوی باہ	53
74	دودھ بادام	53
74	روپ سنگھار	54
75	روغن بادام	54
75	روغن بادام گل بنفشہ	55
75	روغن قشر بادام	56
76	روغن ماشی	56
76	روغن ماش	57
77	روغن مشکلی	58
77	بچوں کی کھانسی	59
78	سفوف بادام	59
79	شربت بادام	60
79	شربت بادام غنبری	61
80	کشتہ سیپ	61
81	کشتہ عقیق	62
82	کشتہ گاؤدنی	63
83	کشتہ مرجان	64
84	کشتہ نیلم	64
84	لیوب باہ	65
85	لعوق بادام	65
86	مرکب سفوف بادام	66
86	معجون بادامی	70
87	معجون مقوی باہ	71
89	مقوی اعصابی زعفرانی	72
90	بدھنسی کی اصلاح	73
	اکسیر درد سر	
	اکسیر سوزاک	
	اکسیر سوزاک	
	اکسیر ضعف گردہ	
	اکسیر عرق النساء	
	اکسیر قبض	
	اکسیر کھانسی	
	اکسیر یرقان	
	بادام میٹھائی	
	باہی	
	تریاق اطفال	
	تریاقی	
	تیرہ رتنی	
	جوشاندہ بادامی	
	حب اکسیر	
	حب بادام	
	حب بادام زعفرانی	
	حب عجمہ الصوت	
	حب برہمی	
	حب نزلہ	
	حریرہ بادام	
	خمیرہ بادام	
	خمیرہ بادام بیضوی	
	خمیرہ بادام زعفرانی	
	خمیرہ بادام فقری	



# تعارف

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com

## شیریں بادام

اس کا اندرونی مغز استعمال کیا جاتا ہے جو رنگت میں سفید اور ذائقہ میں شیریں اور لذیذ ہوتا ہے۔ مزاج: گرم و تر۔ افعال: مقوی و مرطوب دماغ مولد منی و مقوی باہ طین شکم طین صدر جالی۔ استعمال: مغز بادام کے کھانے سے غذایت حاصل ہوتی ہے اس کا حریرہ بنا کر دیتے ہیں جس سے دماغ کو تقویت اور جسم کو غذایت پہنچتی ہے تولید منی اور تقویت باہ کے لئے بھی استعمال کرتے ہیں اور اسی غرض کے لئے مقوی باہ معالین میں شامل کرتے ہیں۔ کھانسی میں بھی مفید ہے حلق و سینہ میں نرمی پیدا کر کے بلغم کے با آسانی خارج ہونے پر معین ہوتا ہے۔ چہرے کے رنگ کو نکھارنے کے لئے اس میں شہد شامل کر کے چہرے پر لپ کرتے ہیں۔

## روغن بادام

اس سے روغن بھی نکالا جاتا ہے جس کو تقویت و دماغ کے لئے سر میں لگاتے ہیں اور دائمی قبض کو دور کرنے کے لئے دودھ میں شامل کر کے پلاتے ہیں۔ بعض امراض جلد میں سوزش کو تسکین دینے کے لئے بھی اس کو استعمال کرتے ہیں۔ نفع خاص: مقوی دماغ۔ مغز: دیر ہضم۔ مصلح: مصطکی و نبات سفید۔ بدل: مغز اخروٹ۔ مقدار



خوراک: مغز بادام 7 عدد سے 11 عدد تک۔ روغن بادام تین ماشہ سے ایک تولہ تک دستہ آور ہے۔ مزید تحقیقات: کیمیادی تجزیہ سے پتہ چلا ہے کہ مغز بادام میں 20 فی صد مواد لحمیہ (پروٹین) ہوتے ہیں۔ مواد لحمیہ کی مقدار گوشت اور مچھلی سے بھی زیادہ ہوتی ہے۔ اس میں 53 فی صد سے زیادہ زود ہضم قسم کا روغن ہوتا ہے اور فی صد نشاستہ تھوڑی مقدار میں قدرتی شکر اس میں گائے کے گوشت سے دس گنا زیادہ وٹامن بی ون (تھیالین) انڈوں سے دو گنی مقدار میں ریوفلاوین (وٹامن بی۔ ٹو) خفیف مقدار میں وٹامن سی اور ای بھی پائی جاتی ہیں۔ ماہرین نباتات کے مطابق اس میں دودھ سے دو گنی مقدار میں کیلشیم ہوتا ہے اور فولاد بھی موجود ہوتا ہے۔ مواد لحمیہ جسم کی تعمیر اور خون کی پیدائش میں اہم حصہ لیتے ہیں۔ وٹامن جسم کے افعال کو درست رکھنے والے گوشت کے محافظ اجزاء ہیں۔ کیلشیم نو عمروں اور بچوں کی ہڈیوں اور دانتوں کے استحکام اور نشوونما کے لئے لازمی ہے اور عورتوں کی حفظ صحت اور جنین کی بالیدگی کے لئے ناگزیر نیز جوانوں، بوڑھوں کے قلب کو توانا رکھنے کے لئے بہت ضروری ہے۔ بادام تمام ایسے حیات بخش اجزاء سے بھرپور ہے جو جسم کے نشوونما میں اہم کردار ادا کرتے ہیں۔ مسلسل استعمال سے بیماریوں کے مقابلہ میں قوت مدافعت بڑھتی ہے ان سب کے باوجود یہ خیال رکھنا ضروری ہے کہ بادام ایک غذائی دوا ہے اسے زیادہ مقدار میں استعمال کرنا ہاضمہ کے اعتبار سے درست نہیں۔ یومیہ 5 سے بارہ عدد کی مقدار میں اس کو کھایا جاسکتا ہے۔ مشہور مرکبات: (1) لعوق سپستان (2) لعوق بادام (3) لیوب کبیر (4) لیوب صغیر۔

### تلخ بادام

مزاج: گرم، خشک۔ افعال: مسهل۔ دافع قبض۔ دافع بلغم، پیشاب آور۔ حیض۔ استعمال: بادام تلخ کو اگر چہ کھانسی، دمہ، رکاوٹ پیشاب و حیض۔ اخراج اخلاط غلیظہ کے لئے مفید بیان کیا جاتا ہے اور بقول ارسطو ڈیڑھ تولہ بادام تلخ شراب پینے کے بعد

کھانے سے نشہ نہیں آتا لیکن چونکہ اس میں زہریلا پن ہے لہذا اندرونی طور پر بہت کم مستعمل ہے زیادہ تر داد اور جھانک کے دور کرنے اور چہرے کے رنگ کو نکھارنے کے لئے بطور ضاد استعمال کیا جاتا ہے جوؤں کے مارنے کے لئے اسے سر میں بھی لگاتے ہیں۔ بادام تلخ کا روغن کان کے دوی و طنین (کان بجنا) کے ازالہ کے لئے بطور قطور مستعمل ہے کان میں کیڑے پڑ گئے ہوں تو ان کی ہلاکت کے لئے بھی ٹپکاتے ہیں چہر کی جھانکیاں وغیرہ کو دور کرنے کے لئے لیپ کرتے ہیں اور جوؤں کو مارنے کے لئے سر میں لگاتے ہیں۔ نفع خاص: امراض جلد میں بیرونی طور پر ضاد مستعمل ہے۔ مضر: امعاء کے لئے۔ مصلح: شکر، مصری، بادام شیریں۔ بدل: مغذ، پٹھا، مغز آڑو، مقدار خوراک: اگرچہ اندرونی طور پر اس کا استعمال جائز نہیں ہے لیکن اگر استعمال کی ضرورت پیش آئے تو نصف عدد سے ایک عدد تک استعمال کرنا چاہئے۔ مزید تحقیقات: کیمیادی تجزیہ سے پتہ چلا ہے کہ بادام تلخ میں ہائیڈروسیانک ایسڈ، پایا جاتا ہے اسی وجہ سے یہ زہریلا خیال کیا جاتا ہے کہ اس ایسڈ کی موجودگی سے بادام تلخ امراض جلد میں استعمال کرنا فائدہ سے خالی نہیں ہے۔

### بادام

بادام غذا کا نہایت اہم جزو ہے اور خشک پھلوں میں بادام کو امتیازی حیثیت حاصل ہے۔ بادام ایسے حیات بخش اجزاء سے بھرا ہوا ہے جو جسمانی ساخت کی تعمیر اور درازی عمر کے لئے کفیل ہوتے ہیں۔ غذائی اعتبار سے بادام میں بیس فی صد سے زیادہ مواد لحمیہ، پروٹین، ہوتا ہے جو خون کی پیدائش اور جسم کی تعمیر میں اہم حصہ لیتا ہے۔ بادام میں مواد لحمیہ کی مقدار گوشت مچھلی سے زیادہ ہوتی ہے۔ اس میں 53 فی صد سے زیادہ زود ہضم قسم کا روغن ہوتا ہے اور چار فی صد نشاستہ اور قلیل مقدار میں قدرتی شکر بھی ہوتی ہے۔ جسم کے افعال درست رکھنے والے اور صحت کے محافظ جزا بھی بادام میں نہایت وافر مقدار میں پائے جاتے ہیں۔



اس میں گائے کے گوشت سے دس گنا حیاتین (ا/ب) (تھیامین) اور انڈوں سے دو گنی مقدار میں حیاتین (۲/ب) (ریوفلیوین) اور سالم گندم کے برابر نیاسین ہوتی ہے۔ اس کے اندر خفیف مقدار میں حیاتین ج اور حیاتین ہ (ای) بھی پائی جاتی ہے۔ یہ تو ہوئیں حیاتین معدنیات کے اعتبار سے اس میں دودھ سے دگنی مقدار میں کیشیم (کلس۔ چونا) ہوتا ہے جو بچوں اور نو عمروں کی ہڈیوں اور دانتوں کے استحکام اور نشوونما کے لئے لازمی ہے حاملہ عورتوں کی حفظ صحت اور جنین کی بالیدگی کے لئے لازمی، جوانوں اور بوڑھوں کے قلب کو توانا رکھنے کے لئے نہایت ضروری ہے اس میں کیشیم اور پنیر کے برابر فاسفورس بھی ہوتا ہے اور لوہے کی مقدار بکرے کے گوشت سے بھی زیادہ ہوتی ہے۔

بادام کو صرف غذا کے طور پر استعمال نہیں کیا جاتا، بلکہ یہ بہترین دوا اور ٹانک بھی ہے۔

بادام کو دماغ کی تقویت کے لئے ایک بیش بہا چیز سمجھا جاتا ہے گرمیوں میں اس کو پیس کر ٹھنڈائی کے طور پر اور جاڑوں میں حریرے کے طور پر استعمال کیا جاتا ہے گلے کی خشکی میں اس کو چبانا گلے کو صاف کرتا ہے اور خراش کو دور کرتا ہے۔ دودھ کی کمیابی کی صورت میں بادام دودھ کا بہترین بدل ہے۔ بلکہ دودھ سے بھی اچھا ہے۔ بادام کی ایک قسم کڑوی بھی ہوتی ہے۔ تلخ بادام کو اگر زیادہ مقدار میں کھایا جائے تو زہریلا اثر پیدا ہو سکتا ہے۔ ایک دو بادام تک تو مضرانہ نہیں، لیکن زیادہ مقدار میں تلخ بادام ہرگز استعمال نہیں کرنا چاہیے۔

ٹھٹھے بادام بہت لذیذ ہوتے ہیں اور انہیں ذیابیطس کے مریض بھی اعلیٰ غذا کے طور پر استعمال کر سکتے ہیں۔

ہر روز رات کو سوتے وقت اگر بارہ گریاں بادام کی استعمال کی جائیں تو صبح کو اجابت آسانی سے اور کھل کر ہوگی۔ جن حضرات کا معدہ کمزور ہو وہ سات عدد بادام کے ساتھ چھ ماشہ سونف اور چھ ماشہ مصری پیس کر سوتے وقت گرم دودھ کے ساتھ

استعمال کریں۔

دائمی قبض کے لئے بادام کا متواتر استعمال بے حد مفید ہے۔

سات عدد بادام، ایک تولہ مصری کے ساتھ رات کو سوتے وقت کھالیا کریں اس سے آپ کی نظرتیز ہو جائے گی اور دماغ کو بھی طاقت ہوگی۔

اکیس عدد مغز بادام ہر روز چبا کر کھالیا کریں۔ اس طرح آپ کی آنکھوں سے پانی بہنا بند ہو جائے گا۔

بادام کی گریاں، سات عدد، مصری چھ ماشہ اور سونف چھ ماشہ، سونف اور مصری کو کوٹ کر سونف تیار کر لیں اور ہر روز رات کو سوتے وقت گرم دودھ سے استعمال کریں۔ مگر اس کے بعد پانی کا استعمال منع ہے۔ یہ نسخہ آپ متواتر استعمال کیجئے انشاء اللہ عینک سے چھٹکارا مل جائے گا۔

ٹھٹھے بادام سے روغن بھی نکالا جاسکتا ہے۔ جس کو تقویت دماغ کے لئے سر پر لگاتے ہیں اور رفع قبض دائمی کے لئے دودھ میں شامل کر کے رات کو سوتے وقت پلاتے ہیں۔

اگر حاملہ عورت ساتویں مہینے سے چھوٹا چچہ روغن بادام رات کو سوتے وقت پینا شروع کر دے تو بچہ کی پیدائش میں سہولت ہوتی ہے۔

متواتر 21 دن کے باپرہیز استعمال سے ضعف دماغ کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔ ایک خوراک بوقت صبح کھالینے سے طبیعت تمام دن مسرور رہتی ہے۔ نسخہ یہ ہیں۔

(1) مغز بادام سات عدد، لالچئی خورد چار عدد، چھوہارہ عمدہ ایک، مصری 5 تولہ، مکھن گائے 5 تولہ۔ مغز بادام اور چھوہارہ کورات کے وقت مٹی کے کورے برتن میں پانی ڈال کر بھگو دیں۔ صبح باداموں کو چھیل لیں اور چھوہارہ کی کٹھلی کو دور کریں۔ لالچئی کے دانہ کو نکال لیں اور خوب پیس لیں پھر مصری ملا کر باریک کریں آخر میں مکھن ملائیں اور نوش فرمائیں۔

(2) پانی میں بھگو کر چھیلے ہوئے بادام دس عدد لے کر خوب باریک گھوٹ



لیں اور جوش کھاتے ہوئے آدھ سیر دودھ میں ملا دیں۔ جب دو تین جوش آجائے تو دودھ آگ سے اتار کر ٹھنڈا کریں۔ جب پینے کے لائق ہو جائے تو مصری یا کھانڈ ملا لیں۔ لیکن شہد ملانے سے زیادہ مقوی بن جائے گا۔ یہ دودھ نہایت ہی خوش ذائقہ اور مقوی ہوتا ہے۔ صرف دماغ ہی نہیں بلکہ تمام جسم کی پرورش کرتا ہے۔

مغز بادام چھلے ہوئے دس عدد، الائچی خورد دس عدد، بادیاں 2 ماشہ، منقہ 5 عدد۔ ان اشیاء کو پانی یا عرق گلاب میں گھونٹ کر شیرہ نکالیں۔ مصری اضافہ کر کے دن میں دو یا تین بار پلانا مقوی دل اور دماغ ہے۔ پیاس کو تسکین دیتا ہے۔ معدہ اور سوزش کے لئے موثر اور بے حد مفید ہے۔

یرقان کے مرض جگر میں زیادہ صفرا پیدا ہو کر رنگت کو زرد کر دیتا ہے مریض کی آنکھیں اور پیشاب بالکل زرد ہو جاتا ہے۔ بلکہ مرض پرانا ہو جانے پر ناخن اور تمام بدن پر بھی زردی آ جاتی ہے۔ اس کے لئے مندرجہ ذیل طریقے سے بادام بے حد مفید ہے۔ مغز بادام 8 عدد چھوٹی الائچی 5 عدد، چھوہارے دو عدد، ان کو رات کے وقت مٹی کے گورے گھرے میں تمام رات بڑا رہنے دیں۔ صبح کو نکال کر چھوہاروں کی کٹھلی دور کر دیں اور مغز بادام والی الائچی کے چھلکے اتار کر کوٹھی میں خوب گھوٹیں اور پھر مصری پانچ تولہ ملا دیں۔ پھر آخر میں گائے کا 5 تولہ مکھن ملا کر مریض کو چٹا دیں، تیسرے دن ہی پیشاب صاف ہو جائے گا۔ اور مرض میں افاقہ ہوگا۔

## بادام کڑوا

تلخ بادام شکل میں شیریں بادام جیسا ہوتا ہے لیکن کسی قدر چھوٹا ہوتا ہے۔ ذائقہ تلخ اور ناگوار۔ اندرونی طور پر ہرگز استعمال نہ کریں۔ تلخ باداموں میں پرسک ایسڈ پایا جاتا ہے جو کہ ہر قائل ہے۔ اس کو زیادہ تر چہرے کے رنگ کو نکھارنے اور جھانسیں دور کرنے کے لئے ضداد استعمال کرتے ہیں۔ جوؤں کو مارنے کے لئے اس کا تیل سر پر لگاتے ہیں۔

مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : [www.iqbalkalmati.blogspot.com](http://www.iqbalkalmati.blogspot.com)

## خواص اقسام بادام

بادام مغزیات کا بادشاہ ہے۔ یہاں بادام کی اقسام پر روشنی ڈالی جائے گی۔

### (1) بربری بادام

یہ افریقہ کے علاقہ بربر میں پیدا ہوتا ہے اس کے درخت کے تیز کانٹے ہوتے ہیں۔ پھل عام بادام سے چھوٹا ہوتا ہے۔ اور چھلکے کا رنگ زرد ہوتا ہے۔ اس کے دونوں جانب سوراخ ہوتے ہیں۔ جو مغز تک نہیں پہنچتے۔

### مزاج

پہلے درجہ میں گرم و خشک ہے۔ بعض نے پہلے درجہ میں گرم و تر کہا ہے۔ بعض کے نزدیک دوسرے درجہ میں گرم خشک ہے۔ اور تھوڑی سی رطوبت فضلہ رکھتا ہے۔

### افعال و خواص

قابض ہے۔ دست بند کرنے کے لئے 1/2 3 ماشہ کھانا کافی ہے۔ اس کے تیل کو زیت السودان اور زیت الرجان بھی کہتے ہیں۔ بہر صورت یہ چلغوزے کا قائم مقام ہے۔

- (1) اس کا روغن مالخولیا، جنون، اور نسیان کے لئے مفید ہے۔
- (2) اس کے درخت کے پھول سونگھنے سے بھی دل و دماغ کو طاقت ملتی ہے۔
- (3) اس کے مغز کو پیس کر اعصاب پر لپ کرنے سے درد کو تسکین ہوتی ہے۔



(4) اس کا روغن دودھ میں ملا کر پینا خشک مزاجوں میں ازالہ قبض کے لئے مفید ہے۔

(5) اس کے مغز کا شیرہ استعمال کرنے سے پیش اور قوی لُج کو نفع ہوتا ہے۔

(6) اس کے مغز کا شیرہ سوزش بندش پیشاب اور سوزاک میں بھی مفید ہے۔

اس کے روغن کی عضو مخصوص پرمالش کرنے سے اسے تقویت حاصل ہوتی ہے۔

(7) مغز بادام کا مربہ مولد خون، مسکن بدن اور مقوی باہ ہے۔ اس کا مغز ثقیل

اور دیر ہضم ہوتا ہے۔

(8) اس کے خشک پتے پیس کر پینے سے اسہال بند ہو جاتے ہیں۔ اور ہر قسم

کا جریان خون بھی بند ہو جاتا ہے۔

(9) اس کے مغز کا شیرہ نکال کر مصری ملا کر پینے سے سینہ اور حلق کی خشونت

دور ہوتی ہے۔

(10) خشک کھانسی کو فائدہ دیتا ہے۔ پرانی کھانسی میں مفید ہے۔

## (2) بنگالی بادام

بنگال میں ایک خاص قسم کے بادام کے درخت ہوتے ہیں ان کے پھلوں کے

مغز کو دبا کر تیل نکالتے ہیں۔ یہ تیل روغن نارجیل کی طرح مزے دار ہوتا ہے۔

اس کی چھال سے بہت صاف تیل نکلتا ہے۔ اس میں سے چر پری خوشبو آتی

ہے۔ اور یہ مکھن کی طرح جم جاتا ہے۔

## افعال و خواص

اس کا تیل معمولی روغن بادام کی طرح استعمال کیا جاتا ہے اور تازہ حالت میں

چنداں مضر نہیں ہوتا۔ دوا کی چر چڑاہٹ کو کم کرنے کے لئے اسے دوا میں شامل کرتے

ہیں۔ اس کے تازہ پھل کو متواتر کھاتے رہنے سے اسہال جاری ہوتے ہیں۔ اس کے

پھل کے آٹے کی روٹی بھی بنائی جاتی ہے۔

یہ بادام شیریں اور تلخ بادام کی طرح بہت سے امراض میں کامیابی سے استعمال کیا جاتا ہے۔ مختلف نظاموں کے امراض پر اس کے اثرات حسب ذیل ہوتے ہیں۔

(1) بعض اطباء بادام کی شکل آنکھوں کے مشابہ ہونے کی وجہ سے اسے مقوی

بصارت ہونے پر استدلال کرتے ہیں۔ کیونکہ ان کا خیال ہے۔ کہ قدرت نے جو

پھل جس عضو کے مشابہ پیدا کیا ہے اس کا استعمال اسی عضو کو فائدہ دیتا ہے۔ باداموں

کی آٹھ دس گریاں روزانہ کھانے سے بصارت تیز ہوتی ہے۔

(2) بادام کے اوپر والے سخت چھلکے جلا کر منجن بنا کر دانتوں پر ملنے سے

سوڑھے اور دانت مضبوط ہوتے ہیں۔ اور ان سے خون آنا بند ہو جاتا ہے۔

(3) اس کے مغز کو بھون کر کھانا معدہ کی سستی اور ڈھیلے پن کو دور کرتا ہے۔

(4) اس قسم کے درخت کے پتے پیس کر پینے سے اسہال ہوتے ہیں۔ کرم

پیٹ کے کیڑے مر کر نکل جاتے ہیں۔

(5) مغز بادام کو انجیر کے ہمراہ استعمال کرنا قبض کو دور کرتا ہے۔ اس کا روغن

دودھ میں ملا کر پینا خشک مزاجوں میں ازالہ قبض کے لئے مفید ہے۔

(6) اس کے مغز کا شیرہ استعمال سے پیش اور قوی لُج کو نفع ہوتا ہے۔ اس کے

شیرے کے استعمال سے مثانہ کے زخم بھی دور ہو جاتے ہیں۔ مرض ذیابیطس میں اس کا

سفوف کھلانا یا اس کا بسکٹ بنا کر کھلانا غذائیت کی کمی کو پورا کرنے میں مدد دیتا ہے۔ مغز

بادام کے استعمال سے خون صالح پیدا ہوتا ہے۔

(7) مغز بادام پیس کر جلد پر لگانے سے جلد نرم ہوتی ہے۔ نیز پھٹے ہوئے

ہاتھوں، چھلی ہوئی اور خراش دار جگہ پر لگانے سے تسکین ملتی ہے۔

(8) اس کو پیس کر پھوڑے پر لگانے سے اسے اس کا درد دور ہو جاتا ہے۔ اس کا

ضاد ورم پستان میں خاص طور پر نافع ہے۔

(9) چونکہ مغز بادام چہرہ کی رنگت کو نکھارتا ہے۔ اس لئے رنگت نکھارنے



والے اینٹوں میں مغز بادام کو خاص اہمیت حاصل ہے۔  
(10) مغز بادام سے بنے ہوئے اینٹوں کے استعمال سے چہرہ صاف اور نرم

ہو جاتا ہے۔  
(11) بادام کے سخت چھلکوں کا تیل دار، چنبل خشک وتر اور پھلپھری کے

داغوں پر لگانا مفید ہے۔

(12) کہتے ہیں کہ جس شخص کو باؤ لے کتے نے کاٹ لیا ہو۔ اگر اسے بادام  
مغز انجیر کے ساتھ کھلائیں۔ اور مغز بادام ہی پیس کر زخم پر لگائیں تو اسی سے آرام  
ہو جاتا ہے۔

(13) مغز بادام ثقل اور دیر ہضم ہوتا ہے۔ لیکن اگر اس کو نمک کے ساتھ کھایا  
جائے تو یہ نقص دور ہو جاتا ہے۔

(14) پھپھوندی لگا ہوا بادام، کسب، متلی اور غشی پیدا کرتا ہے۔ بھوک کم کرتا  
ہے۔ اس کی اصلاح کے لئے قے کرانا اور ترش چیزیں کھلانا مفید ہے۔

### (3) سیلونی بادام

اس قسم کا درخت ہندوستان کے شمال مغربی حصے سے سیلون تک اکثر مقامات پر  
کاشت کیا جاتا ہے۔ اس درخت کی اونچائی 8 فٹ تک ہوتی ہے۔ موسم خزاں میں  
اس کے پتے گر جاتے ہیں۔ اس میں سے ایک قسم کا دھندلے رنگ کا گوند نکلتا ہے۔  
اس کے چھال اور پتوں سے رنگ بھی نکالا جاتا ہے۔

### افعال و خواص

یہ بادام شیریں بادام کی طرح مزے دار اور مقوی باہ ہوتا ہے۔ شیریں  
باداموں کی طرح اس کا مغز اور تیل کام آتا ہے۔

(1) اس کی چھال قابض اور حابس ہوتی ہے۔  
(2) اس کے تیل کا رس پلانے سے درد سر رفع ہوتا ہے۔ اس کے تیل کا

رس کا لائنک ملا کر پلانے سے پیٹ کا ریاحی درد جاتا رہتا ہے۔  
(3) کھجلی، کوڑھ، پھلپھری اور دیگر جلدی امراض میں اس کے کپے تیلوں کا

رس لگایا جاتا ہے۔  
(4) اس کے مغز کو سرسوں کے تیل کے ہمراہ پیس کر لیپ کرنے سے درد سر

کو آرام ہوتا ہے۔

(5) اس کے مغز کا تیل رنگ اور مزہ میں شیریں بادام کی طرح ہوتا ہے۔  
اس میں درج ذیل کیمیائی اجزاء پائے جاتے ہیں۔

1- پروٹین (اجزائے لحمیہ)

2- معدنی نمک

3- بروسک ایسڈ

4- لوزتین (جو ہر بادام)

مزاج:- گرمی و سردی میں معتدل ہے اس میں تھوڑی سی تری ہوتی ہے۔ بعض  
نے پہلے درجہ میں گرم تر بیان کیا ہے۔

اس کے پھول سرد خشک ہوتے ہیں۔

(1) بادام دماغ کو طاقت دیتا ہے۔ اور اس کی خشکی کو رفع کرتا ہے۔

(2) اس لئے مایخو لیا، مراق، جنون اور نسیان میں اس کا مغز اور روغن بکثرت  
مستعمل ہے۔

(3) اس کے مغز کو پیس کر لیپ کرنے سے اعصاب کے درد کو تسکین ہوتی ہے۔

### (4) شیریں بادام

(1) بادام شیریں نظر کو تیز کرتا ہے۔ دماغی قوت کو بڑھاتا ہے۔ قوت باہ پیدا  
کرتا ہے۔ روغن بادام کی مالش دماغ کو بڑی تقویت دیتی ہے اور خواب آور ہے۔

(2) بادام بدن کو فرہ کرتا ہے۔ گردہ و مثانہ کی کمزوری کو رفع کرتا ہے پرانے



سے پرانے قبض کو دور کرتا ہے۔ بھوک خوب لگاتا ہے۔ جو غذا کھائی جائے جزو بدن بن جاتی ہے۔ جن بچوں کو ماں یا گائے کا دودھ موافق نہ آتا ہو۔ بد ہضمی وغیرہ کی شکایت رہتی ہو ان کو روغن بادام پلانے چاہئیں۔

(3) مسیح الملک حکیم اجل خان صاحب ان مریضوں کو جو دماغ کی کمزوری یا یادداشت کی کمی کے علاج کے لئے آتے تھے۔ ہمیشہ بادام مکھن اور شہد کھانے کی نصیحت کیا کرتے تھے۔

(4) بادام، تازہ ناریل کی گری، مکھن، شہد کھانے سے دماغ ٹھسے ہڈیاں اور دل مضبوط ہوتا ہے۔

(5) بلاناغہ روغن بادام پینے سے حافظہ تیز ہوتا ہے۔ دماغی کام کرنے کی طاقت بڑھ جاتی ہے۔ دماغی کام کرنے والوں کے لئے خاص کرا امتحان کے دنوں میں باداموں، پھلوں، اور دودھ سے بڑھ کر اور کوئی غذا نہیں۔

(6) ذیابیطس میں بادام بڑی اعلیٰ خوراک ثابت ہوئے ہیں۔ بچوں کو بادام دودھ کی شکل میں یا سفوف کی شکل میں دینا مفید ہے۔

(7) باداموں میں جسم کی پرورش کے لئے ضروری پروٹین، روغن اور مٹھاس ہے۔ باداموں کی چٹنی کمزوروں اور بیماروں کے لئے دیگر مرکب خوراکوں سے زیادہ مفید ہے۔

(8) باداموں کو استعمال کرنے کے کئی طریقے ہیں۔ ایک یہ کہ باداموں کی گریوں کو رات کے وقت پانی میں بھگو دینا چاہئے۔ اور صبح کو گریاں چھیل کر دھوری ڈنڈے سے انہیں رگڑا جائے۔ اور دودھ یا پانی ملا کر انہیں پیاجائے۔

(9) استعمال کا سلسلہ بلاناغہ جاری رکھنا بہت ہی مفید ہے۔ اگر کوئی شکایت ایسی ہو جائے جس میں بادام استعمال نہ ہو سکیں۔ تو مجبوراً بند کر دینا چاہئے۔ لیکن بحالی صحت کے بعد پھر جاری کر دینا چاہئے۔

(10) بادام پینے کا ایک اور معروف طریقہ یہ بھی ہے۔ کہ گری بادام 15 عدد،

کالی مرچ 15 عدد، الائچی خورد 2 عدد، پانی آدھا کلو۔

چاروں چیزوں کو رات کے وقت کسی برتن میں بھگو دیں۔ صبح کے وقت ورزش کے بعد بادام اور الائچی کا چھلکا اتار کر دوسری چیزوں کے ساتھ کوٹڈی میں رگڑیں۔ اور پانی یا دودھ ملا کر پیئیں۔

باداموں کو اس طریقہ سے پینے والے بعض لوگ چاروں مغز اور خشخاش بھی شامل کر لیتے ہیں۔

سردیوں میں صبح کے وقت چھ ماشے بادام کا چھلکا اتاری ہوئی گری، تھوڑی چینی اور ایک چھٹانک مکھن تچے سے ملا کر خوب چبا کر کھانا چاہئے۔

(12) رگڑے ہوئے باداموں کا پھوک دہی میں ملا کر سردھونا یا چہرے پر ملنا فائدہ مند ہے۔ اس سے بال اور جلد نرم ہونے کے علاوہ خوبصورتی آتی ہے۔ بادام روغن کی کھلی میں بھی مذکورہ اثر ہوتا ہے۔

شیریں بادام میں حسب ذیل کیمیائی اجزاء ہوتے ہیں۔

53% فیصد	روغن ثقیل	5% فیصد	حیاتین
10% فیصد	سیکروز	24% فیصد	لحمیہ مواد
10% فیصد	گونڈ	6% فیصد	معدنی نمکیات
		4% فیصد	نشاستہ

سرخ بادام میں حسب ذیل کیمیائی اجزاء پائے جاتے ہیں۔

گونڈ	نشاستہ
سیکروز	روغن لطیف

ہائڈرو سنیک ایسڈ ہائڈرو سنیک

ایسڈ کا دوسرا نام پوٹاشیم سائیٹریٹ ہے۔ جس کو صرف چکھنے سے ہی موت فوراً واقع ہوتی ہے۔ اس کا آج تک کوئی ذائقہ نہیں لیکن کڑوے بادام میں یہ زہر نہایت ہی قلیل مقدار میں ہوتا ہے۔ بہر حال کڑوا بادام ہرگز نہ کھانا چاہئے۔



دھند اور جالا وغیرہ دور ہو جاتے ہیں۔

(9) اس کو پانی میں پیس کر شیر گرم کان میں ڈالنے سے کان کے درد کو آرام

ہوتا ہے۔ کان کا میل صاف ہو جاتا ہے۔ اور بہرہ پن دور ہوتا ہے۔

(10) سینہ کے ورم کی حالت میں اس کو پیس کر مقام درد پر لیپ کرنے سے

آرام ہوتا ہے۔

(11) سخت قو لُج کی حالت میں جب کسی دوا سے فائدہ نہ ہوتا ہو تو اس کا

روغن ماء العسل کے ساتھ کھلانے سے سدھ کھل جاتا ہے۔

(12) اس کو پیس کر شافہ کرنے سے بند شدہ جینٹ کھل جاتا ہے۔ اس کو شراب

یا شہد کے ہمراہ حل کر کے نملہ پر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔ داد اور کھجلی کے لئے اس کا

لیپ بہت مفید ہے۔

(13) پرانے پھلنے والے زخموں پر لگانے سے زخم بہت جلد اچھے ہو جاتے ہیں۔

(14) سرکہ کے ہمراہ پیس کر لیپ کرنے سے چہرے کی جھائیاں اور سیاہ

داغ دور ہوتے ہیں۔

(15) اسے پیس کر تیل کے ہمراہ بالوں پر لگائیں تو جوئیں مرجاتی ہیں۔ اس

کو پیس کر مقام زخم پر لیپ کرنا مفید ہے۔

(16) اس کو پیس کر باؤ لے کتے کے کاٹے ہوئے زخم پر لگانا بہت مفید ہے۔

## (6) مدراسی بادام

اس قسم کے بادام کے درخت مدراس اور ٹراکور میں ہوتے ہیں ان پھلوں سے

تیل نکالا جاتا ہے۔ جو کھن کی طرح گاڑھا ہوتا ہے۔ اور تیل کی بجائے استعمال کیا

جاتا ہے۔

مرض خارش اور خاص کر جذام پر اس تیل کی مالش کی جاتی ہے۔ اس کے پھلوں

کو کھانے سے چکرائے لگتے ہیں۔ کیونکہ اس میں زہریلا پن ہے۔

## (5) صحرائی بادام

اس کا درخت جزیرہ ہانگ کانگ سے مغرب کی طرف سمندر کے کنارے

کنارے پہاڑوں میں ملتا ہے۔

اس کے 100 مغزوں کو دبانے سے 44 تولہ تیل نکلتا ہے یہ تیل مزے میں

پھیکا اور رنگ میں سفید ہوتا ہے۔

## افعال و خواص

(1) اس کے پھلوں کو پیس کر لیپ کرنے سے آنکھ اور بدن کی کھال کے

امراض رفع ہوتے ہیں۔

(2) اس کے پھلوں کو باریک پیس کر کپڑے پر لگا کر زخموں اور پھوڑوں پر لگایا

جاتا ہے۔

(3) اس کے تیل میں اس کی مقدار کے برابر ٹکا تیل، گندھک کا فور اور

لیموں کا رس ملا کر خارش کی پھسیاں پر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔

(4) اس کے تیل کو چونے کے پانی میں ملا کر جلے ہوئے عضو پر لگاتے ہیں۔

مرض جذام میں اس کا تیل 2، 2 ماشہ پلانا مفید ہے۔

(5) آتشک اور وجع المفاصل میں بھی اس کا تیل اتنی ہی مقدار میں استعمال

کیا جاسکتا ہے۔

(6) بیرونی طور پر اسے مویج، چوٹ اور جلد کے امراض میں استعمال کیا جاتا ہے۔

(7) اس کو سرکہ میں پیس کر ماتھے پر لیپ کرنے سے درد سر کو آرام ہوتا ہے۔

(8) اس کو پیس کر آنکھوں میں بطور سرمہ لگانے سے بصارت تیز ہوتی ہے



## افعال و خواص

- (1) اس کا روغن دماغ میں تیزی پیدا کرتا ہے۔ تازہ روغن خصوصاً بہت تیز ہوتا ہے۔ نیند لاتا ہے۔ درد سر کو رفع کرتا ہے۔ سرسام میں مفید ہے۔
- (2) اگر کانوں میں مختلف آوازیں سنائی دیتی ہوں تو اس کے چند قطرے ٹپکانے سے فائدہ ہوتا ہے۔
- (3) اس کے چند قطرے پینے سے رکا ہوا پیشاب کھل جاتا ہے اگر اس کو سنگ یہود کے ساتھ استعمال کیا جائے تو پتھری ٹوٹ کر نکل جاتی ہے۔
- (4) اس کا استعمال ورم رحم اور پستان کو بھی تحلیل کرتا ہے اس روغن سے ہمیشہ مالش کرتے رہنے سے بڑھاپے میں بھی کمزوری اعصاب نمایاں نہیں ہوتی۔
- (5) اس کے استعمال سے امراض گردہ و طحال اور اختناق الرحم کا عارضہ دور جاتا ہے۔
- (6) اس کی مالش سے ہر قسم کی خارش اور داد کو نفع ہوتا ہے۔ اس کو پیس کر شاف کرنے سے بند جیض کھل جاتا ہے۔
- (7) اس کا گوند پانی میں حل کر کے ماتھے پر لپ کرنے سے درد سر کو آرام ہو جاتا ہے۔
- (8) اس کی چھال 6 ماشہ کو ایک سیر پانی میں جوش دے کر اس سے کلیاں کرنے سے پارہ کے استعمال سے منہ میں چھالے پیدا ہونے کی شکایت دور ہو جاتی ہے۔
- (9) اگر اس کی لکڑے سے مسواک کی جائے تو دانت مضبوط ہو جاتے ہیں۔
- (10) اگر اس کی چھال کو پیس کر مسوڑھوں پر ملیں تو مسوڑے مضبوط ہو جاتے ہیں۔ دانتوں کا ہلنا بند ہو جاتا ہے۔

- (11) اس کی چھال کے جوشاندہ کا کلیاں کرنے سے مسوڑھوں سے پیپ کا آنا بند ہو جاتی ہے۔
- (12) اس کی خشک چھال ایک تولہ پانی میں جوش دے کر نیم گرم پینے سے پرانی کھانسی رفع ہو جاتی ہے۔
- (13) اس کے پتوں کا شیرہ استعمال کرنے سے نفث الدم کو آرام ہوتا ہے۔
- (14) اس کی جڑ کو جوش دے کر پلانے سے درد معدہ دور ہو جاتا ہے۔
- (15) اس کی گوند پیشاب کا مجرب علاج ہے۔
- (16) اس کی چھال کا جوشاندہ بنا کر حقنہ کرنے سے اسہال اور پیشاب کو آرام ہوتا ہے۔
- (17) اس کا گوند پانی میں حل کر کے عضو تناسل پر پچکاری کرنے سے سوزش بول دفع ہو جاتی ہے۔
- (18) اس کے روغن کو حسیوں، عضو تناسل اور رانوں پر مالش کرنا مقوی باہ بیان کیا جاتا ہے۔
- (19) اس کو پانی میں پیس کر شیر گرم کان میں ڈالنے سے کان کے درد کو آرام ہوتا ہے۔ بہرہ پین دور ہو جاتا ہے۔
- (20) اس کا روغن پتھری کو توڑنے میں سرلیج الاثر ہے۔ کیونکہ اس میں بروسک ایسڈ پایا جاتا ہے۔ زیادہ تر اسے بیرونی طور پر استعمال کرتے ہیں۔

## بادام سے امراض کا علاج

ذیل میں ان امراض کا ذکر اور علاج درج کیا جاتا ہے۔ جن کے لئے بادام دوا استعمال کیا جاتا ہے۔

## (1) عضو تناسل کی متعدی خارش

عضو مخصوص کو کار با لک سوپ سے دھو کر بادام روغن لگائیں۔



## (2) آنکھوں سے پانی بہنا

روزانہ صبح کو بادام کی 12 گریاں چبایا کریں۔ چند روز کے استعمال سے پانی آنا بالکل بند ہو جائے گا۔

## (3) آنکھوں کے سیاہ حلقوں کے لئے

ہونٹوں کی سیاہ رنگت اور آنکھوں کے گرد سیاہ حلقے جسم میں آئرن اور وٹامن بی کی کمی کی علامت ہیں۔ ایسی سبزیاں اور پھل کھائیں جن میں وٹامن بی اور آئرن ہو۔ بادام روغن آنکھوں کے گرد سیاہ حلقوں پر لگا کر انگی سے مساج کریں۔ تو چند ہی روز میں سیاہ حلقے ختم ہو جائیں گے۔

## (4) اعصابی تناؤ

اعصابی تناؤ کی صورت میں روغن بادام کی مالش اکسیر ہے۔

## (5) داد، خارش

یہ خارش کی ایک قسم ہے۔ جلد کی ایک سطحی سوزش اور غیر متعدی بیماری ہے۔ جسم کے خارش زدہ حصے پر بادام کے تیل کی روزانہ مالش کی جائے۔

## (6) باجھڑ

یہ بالوں کے گرنے کی بیماری ہے۔ اس میں سر کے بال گرتے ہیں اور گنجا کر دیتے ہیں۔ سر کو روغن بادام کی مالش کریں۔

## (7) بالوں کو سیاہ اور لمبا کرنے کے لئے

بالوں کو کالی گھٹا کی طرح سیاہ اور کمر تک لمبا کرنے کا طریقہ چار ہفتوں کا کورس

ہے جن کی تفصیل درج ذیل ہے۔

پہلا ہفتہ:- بالوں کو دودھ اور بسن سے دھو کر اور سکھا کر روغن بادام لگائیں۔  
دوسرا ہفتہ:- سر کو ریشے کے جھاگ سے دھوئیں اور سکھا کر روغن بادام لگائیں۔

تیسرا ہفتہ:- سر کو آملے کے پانی سے دھوئیں اور سکھا کر روغن بادام لگائیں۔  
چوتھا ہفتہ:- شہد اور انڈوں کے آمیزے کو خوب پھینٹیں۔ یہاں تک کہ صابن کی طرح جھاگ اٹھ آئیں تو یہ جھاگ لگائیں۔ اس فارمولے سے سر کے بال کمر تک لمبے اور کالے ہو جاتے ہیں۔

## (8) بالوں کی حفاظت کا بہترین طریقہ

ہمارے یہاں بہت سی خواتین ایسی ملیں گی جو کہ اپنے بالوں کی وجہ سے پریشان ہوتی ہیں۔ کسی کے بال زیادہ جھڑتے ہیں یا پھر کسی کے سر میں خشکی ہو جاتی ہے۔ جبکہ اکثریت کو یہ شکایت ہے کہ ان کے بال بہت جھڑتے ہیں۔

بالوں کی خوبصورتی، چمک اور گھنے ہونے کا تعلق ہماری صحت سے ہے وٹامن بی بالوں کے لئے نہایت ضروری ہے۔ بادام روغن، روغن زیتون اور کیسٹر آئل کی مالش بھی بالوں کی نشوونما کے لئے اپنے اندر بھرپور غذائیت رکھتی ہے۔ مالش کرنے کے علاوہ روغن بادام کھانوں میں بھی استعمال کریں۔

وٹامن سے بھرپور غذائیں استعمال کریں۔ جس طرح جلد کی مختلف اقسام ہوتی ہیں اسی طرح بالوں کی بھی اقسام ہوتی ہیں۔ بالوں کی دیکھ بھال کے لئے یہ معلوم کرنا ضروری ہے کہ بال کس قسم کے ہیں۔ جبکہ بال تین طرح کے ہوتے ہیں۔ نارمل، خشک یا پھکنے والے کسی قسم کے بھی ہوں ان کو ہفتہ میں ایک مرتبہ دھو کر بادام روغن ضرور لگائیں۔



## (14) بالوں کی نشوونما کے لئے

بالوں کی نشوونما میں روغن بادام، پھل اور سبزیاں بڑا اہم کردار ادا کرتی ہیں۔ بالوں کو روغن بادام کا مساج کریں۔ کھانوں میں استعمال کریں ایسی اشیاء کھائیں جن میں وٹامن بی، اے اور وٹامن سی خاص طور پر ہوں۔

## (15) بالوں کے امراض

اگر سر میں خشکی ہو۔ بال گرتے ہوں اور اس وجہ سے مانگ کے ارد گرد گنچاپن شروع ہو گیا ہو اور بالوں کی نوکیں پھٹی ہوئی ہوں تو بالوں کو صابن ہرگز نہ لگائیں۔ صابن کا استعمال فوری طور پر ترک کر دیں۔ سر کو ڈینڈرف شیمپو سے دھویا کریں اور بال دھونے سے پہلے روغن بادام اور انڈے کی زردی کے آمیزے سے سر کو مساج کریں۔ اس کے بعد بالوں کو اچھی طرح دھو کر اور سکھا کر روغن بادام لگائیں۔

## (16) بالوں کے لئے شیمپو

کوئی بھی تیل سر میں لگا کر دھوپ میں نہیں بیٹھنا چاہئے۔ اس سے بال خراب ہوتے ہیں اور چہرے کا رنگ بھی متاثر ہوتا ہے۔ دہی، شیمپو، ریٹھے، بیسن وغیرہ سے سر دھوئیں۔ صابن استعمال نہ کریں اس سے بال نرم و ملائم اور چمکدار ہوتے ہیں۔ دہی کے ساتھ ایک انڈا اور روغن بادام بھی شامل کر لیں۔

## (17) بچوں کی لاغری

مغز بادام 1 عدد سیاری 1 عدد ہلیدہ زرد 1 عدد پانی میں گھس کر روزانہ رتی رتی چٹا دیا کریں۔

## (18) بہراپن

روغن بادام نیم گرم کر کے کان میں ڈالیں۔ نیز روغن بادام روغن بنفشہ اور روغن

## (9) بالوں کی خوبصورتی کے لئے

بالوں میں اگر از حد گٹھیں پڑ جاتی ہوں جو کنگھا کرنے میں دقت پیدا کرتی ہوں تو روغن بادام، روغن زیتون اور روغن ارنڈی کا آمیزہ استعمال کریں۔ آزمودہ فارمولا ہے۔

## (10) بالوں کی صفائی

خشک بالوں یا نارمل بالوں کو ہفتے میں ایک مرتبہ دھو کر روغن بادام لگانا چاہیے۔ بالوں کو دھونے سے پہلے ان میں برش یا کنگھی کریں۔ روغن بادام بالوں کو بڑھنے میں مدد دیتا ہے۔

## (11) بالوں کی لمبائی کے لئے

ہفتے میں ایک بار روغن بادام اور ناریل کا تیل ملا کر بالوں کی مالش کریں اس سے بال بڑے لمبے ہوتے ہیں۔

## (12) بالوں کی مضبوطی کے لئے

اگر سر میں خشکی ہو اور بال جھڑ رہے ہوں تو اس کے لئے یہ طریقہ استعمال کریں کہ سر میں زیتون، ناریل یا روغن بادام اچھی طرح جڑوں میں لگائیں۔

## (13) بالوں کی مضبوطی کے لئے

دودھ، انڈا اور روغن بادام بالوں کو طاقت دینے کے لئے بہترین چیز ہے۔ ہفتے میں دو مرتبہ انڈے اور دودھ سے بالوں کو دھوئیں اور روزانہ رات کو روغن بادام سر میں خوب اچھی طرح لگائیں، تو بال گرنے بند ہو جائیں گے۔



بادام سے علاج  
کدو ملا کر سر پر مالش کریں۔

## (19) پھٹے ہونٹ

سردیوں کے موسم میں اکثر خواتین کے ہونٹ پھٹ جاتے ہیں۔ ان پر روزانہ رات کے وقت روغن بادام لگائیں۔

## (20) ترنگ

اس کا مقامی علاج یہ ہے کہ متاثرہ حصوں کو صابن سے اچھی طرح دھویا جائے اور اس پر روغن بادام جس میں ایک فیصد بورک ایسڈ ملا ہو لگایا جائے۔

## (21) تسہیل ولادت

حاملہ عورت کو چاہئے کہ نوں ماہ کے آغاز سے روزانہ صبح 6 ماشہ روغن بادام پی لیا کریں۔ اور وضع حمل تک پتی رہیں۔ اس کے استعمال سے بچہ بلا تکلیف نہایت آسانی سے پیدا ہوگا۔

## (22) تھکاوٹ

جسم میں تھکاوٹ کی صورت میں روغن بادام کی مالش کریں۔

## (23) جنسی امراض

(1) زندہ جو تکلیں 20 عدد لے کر ان کو ایک پاؤ دودھ میں مٹی کے کسی برتن میں ڈال کر بند کر دیں۔ پندرہ یوم کے بعد نکال کر ان کو 2 چھٹانک روغن بادام میں ڈال دیں۔ ٹنگی آنچ پر ان کو روغن بادام میں راکھ کر لیں۔ تیل کے ٹھنڈا ہونے پر اسے نٹھار لیں۔ اس میں ایک ڈرام روغن چیللی شامل کر دیں اور بطور طلاء روزانہ استعمال کریں۔ اکسیر سستی و نامردی ہے۔

بادام سے علاج

روغن بادام 3 ڈرام روغن زیتون 3 ڈرام  
روغن کنجد 3 ڈرام پانی دو چھٹانک

مذکورہ بالا تمام ادویہ باہم ملا کر آگ پر رکھ دیں۔ جب پانی جل جائے اور صرف تیل باقی رہ جائے تو اتار کر کسی شیشی میں محفوظ کر لیں۔ اس روغن کو بوقت قربت عضو مخصوص پر لگائیں۔ بہترین مانع حمل ہے۔

(2) عضو مخصوص کی پھولی ہوئی رگوں کو اصلی حالت پر لانے کے لئے درج ذیل روغن اکسیر الاثر ہے۔

روغن بادام ایک اونس لونگ پندرہ عدد  
دارچینی 2 ماشہ

لونگ اور دارچینی کو نہایت باریک پیس لیں۔ روغن بادام میں شامل کر دیں۔ دھیمی آنچ دیں۔ جب لونگ اور دارچینی کا سفوف جل جائے تو اتار لیں۔ ٹھنڈا ہونے پر نٹھار کر شیشی میں رکھ لیں۔ روزانہ اس تیل کی عضو مخصوص پر مالش کریں۔

(3) زمانہ قدیم سے روغن بادام اور روغن زیتون بطور مقویات و طلاء جات مستعمل رہا ہے۔ یہ دونوں روغن بڑے سرلیج الاثر ہیں۔ وہ جو پیدائشی طور پر سستی و نامردی کا شکار ہیں۔ اگر ان روغنیات کا موزوں و مناسب استعمال کریں تو سستی و نامردی سے چھٹکارا پاسکتے ہیں۔ ان کے استعمال سے سستی و نامردی رفع ہو جاتی ہے۔ یہاں تک کہ پیدائشی کمزوری بھی اس سے دور ہوتی ہے۔ اس کے لئے ایک فارمولہ درج ذیل ہے۔

روغن تلخ بادام 3 چھٹانک روغن لونگ 3 چھٹانک  
روغن زیتون 3 چھٹانک روغن دارچینی 3 چھٹانک  
روغن کنجد 3 چھٹانک لہسن کی گڈیاں 2 چھٹانک

لہسن کی گڈیاں چھیل کر تریاق نکال لیں اور پھر ان کو کوٹ کر ملیدہ بنا لیں۔ اس کے بعد تمام روغنیات کسی برتن میں یکجا کر لیں۔ اس میں لہسن کا ملیدہ ملا دیں۔ اب اس



کو بڑی ہلکی آنچ دیں۔ یہاں تک کہ لہسن کا لمبہ اس میں سیاہ رنگت اختیار کر لے۔ آگ پر سے اتار لیں ٹھنڈا ہو جانے پر ہتھار لیں۔ کسی شیشی میں محفوظ کر لیں۔ ہر روز صبح و شام دو مرتبہ عضو مخصوص پر لگائیں۔ اس سے عضو مخصوص پر کوئی آبلہ نہیں پڑتا۔ اور نہ کوئی زخم بنتا ہے۔ جادو اثر طلاء ہے۔

(4) پرانی چوٹوں اور ریاہ کے دردوں کے لئے درج ذیل طلاء نہایت سرلیح الاثر اور جادو الاثر ہے۔

روغن تلخ بادام	4 چھٹانک	مرغی کے انڈوں کی زردیاں	8 عدد
روغن زیتون	4 چھٹانک	جنگلی کبوتروں کے انڈے	8 عدد
روغن ناریل	4 چھٹانک	کچھوے کے انڈے	8 عدد
لوگ	8 عدد	دارچینی	2 قاشیں

جملہ روغنیاں میں مرغی کے انڈوں کی زردیاں اور باقی جانوروں کے انڈے شامل کر دیں۔ لوگ اور دارچینی خوب باریک پیس کر روغنیاں میں شامل کر دیں اب اس مواد کو درمیانے سائز کے چمچے کے ساتھ اچھی طرح پھینٹیں۔ جب خوب جھاگ اٹھ آئے تو اس مواد کو ہلکی ہلکی آنچ پر رکھ دیں۔ پکنے دیں یہاں تک کہ انڈوں کا مواد اس میں جل کر کوئلہ ہو جائے۔ اب تیل کو آگ پر سے اتار لیں۔ ٹھنڈا ہونے دیں۔ اس کے بعد کسی باریک کپڑے سے چھان لیں۔ اس میں کوئی چیز باقی نہ رہ جائے۔ کسی صاف شیشی میں اس تیل کو محفوظ کر لیں۔ بے نظیر جادو اثر تیل تیار ہے۔ عضو مخصوص پر صبح و شام دو وقت لگائیں۔ چالیس روز تک یہ عمل جاری رکھیں۔ سستی و نامردی کی شکایت دور ہو جائے گی۔ یہ بالکل بے ضرر و طلاء ہے۔ یہ عضو پر آبلہ نہیں ڈالتا۔ اس سے زخم نہیں ہوتے۔ اس کے علاوہ اس تیل کو مندرجہ ذیل عارضوں میں بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔

(5) دمہ کے مرض میں اس تیل کی روزانہ سینے پر مالش کی جائے۔ جن اعضاء میں پرانا درد ہو روزانہ اس کی ان پر مالش کریں۔ پرانی چوٹیں جن کو کسی علاج

سے آفاقہ نہ ہو اور وہ مسلسل تکلیف دے رہی ہوں گوڑے بن گئے ہوں۔ اس تیل کی متاثرہ حصے پر روزانہ مالش کریں۔

(6) یہ روغن رتخ کے دردوں کے لئے بھی مفید ہے۔ جہاں رتخ کا درد ہو وہاں روزانہ لگائیں۔ اور اس کی مالش کریں۔

(7) روغن زیتون کی طرح روغن بادام بھی طلسماتی اثرات کا حامل ہے معجزاتی اثرات کا حامل ہے۔ فارمولا اس کا درج ذیل ہے۔

روغن تلخ بادام	6 چھٹانک	دارچینی	1 ماشہ
روغن زیتون	6 چھٹانک	سونٹھ	1 ماشہ
کچھوے کی چربی	3 ماشہ	جائفل	1 ماشہ
گیدڑ کی چربی	3 ماشہ	لوگ	1 ماشہ
ریچھ کی چربی	3 ماشہ	ہینگ	1 ماشہ
خرگوش کی چربی	3 ماشہ	زعفران	2 ماشہ
جادو تری	1 ماشہ	سانڈے کا تیل	1 چھٹانک

مندرجہ بالا نسخہ کی ترکیب تیاری اس طرح ہے کہ زعفران، جائفل، جادو تری، لوگ، دارچینی، سونٹھ اور ہینگ وغیرہ اچھی طرح کوٹ پیس لیں۔ اب روغنیاں اور چربی باہم ملا کر آگ پر رکھ دیں۔ پکھل کر روغنیاں اور چربی ایک، جان ہونے دیں۔ آنچ ہلکی رہے۔

اب پیسی ہوئی ادویات اس میں شامل کر دیں۔ ایک گھنٹہ تک تیل کھولنے دیں۔ یہاں تک کہ مذکورہ اشیاء اس میں جل کر سیاہ رنگت اختیار کر لیں۔ تیل کو آگ پر سے اتالیں۔ ٹھنڈا ہونے دیں۔ باریک کپڑے سے اچھی طرح چھان لیں۔ چھانے ہوئے تیل کو دوبارہ ہلکی آنچ پر رکھ دیں۔ جب ذرا کھولنے لگے تو اتار لیں۔ ٹھنڈا ہو جانے پر کسی صاف شیشی میں محفوظ کر لیں۔

(8) ہر روز اس تیل کو سستی و نامردی اور سرعت انزال کے لئے استعمال



کریں۔ بے ضرر طلاء ہے۔ آبلہ نہیں پڑتا۔ زخم نہیں کرتا۔ اس کے علاوہ یہ روغن گھٹیا، ریح اور جوڑوں کے متفرقہ دردوں کے لئے بھی مفید ہے۔ متاثرہ مقام پر لگائیں۔ دمہ، دق اور سینے کے درد کے حالت میں سینے پر اس کی مالش کریں۔ یکسر مفید ہے۔ (9) روغن تلخ بادام اور خالص شہد ہم وزن ملا کر عضو مخصوص پر لیپ کریں۔ مباشرت میں بے حد مسک و ملذذ ہے۔

(10) روغن تلخ بادام جملہ ادویات کے آمیزے کے ساتھ خاندانی منصوبہ بندی اور نس بندی کے لئے بھی اکسیر الاثر ہے۔ مانع حمل ہے۔ قربت سے پہلے جنس مخالف روئی کا پھار روغن تلخ بادام تر کر کے رحم کے قریب رکھ دیں۔ یہ بہترین و بے ضرر ہے۔

(11) مور کے بچے کو جلا کر اس کی راکھ بنالیں۔ اس کو روغن تلخ بادام کے ساتھ ملا کر مرہم بنالیں۔ اس کو کوڑھ، جذام، پھلسمیری پر لگائیں۔ کثیر الاثر ہے۔ (12) مرغ کے پوٹے دھو کر صاف کر لیں۔ روغن تلخ بادام میں بھونیں۔ اگر چاہیں تو اس میں اپنی مرضی کے مطابق نمک مرچ ڈال سکتے ہیں۔ بھون کر کھائیں۔ قوت باہ اور سرعت انزال کے لئے مفید ہے اس کے علاوہ یہ قبض کشا بھی ہے۔ قبض کو دور کرتا ہے۔

(13) نیو لے کی راکھ کو روغن تلخ بادام میں ملا کر عضو مخصوص پر اس کا طلاء کریں یہ مسلسل ایک ہفتہ عمل جاری رکھیں۔ قوت باہ کے لئے اکسیر ہے۔

(14) نیو لے کی چربی روغن تلخ بادام میں ڈال کر ہلکی آنچ پر پکھلائیں طلاء تیار ہے مسلسل ایک ہفتہ عضو مخصوص پر لیپ کریں۔ سستی و نامردی کے لئے اکسیر ہے (15) نیو لے کی راکھ اور روغن تلخ بادام باہم ملا کر مرہم سی بنالیں۔ سانپ کے کاٹے ہوئے زخم پر لگائیں۔ تریاق ہے۔

(16) گائے کا سم جلا کر راکھ بنالیں۔ اس راکھ کو روغن تلخ بادام میں ملا کر مرہم بنالیں۔ یہ مرکب سر پر لگائیں۔ باجھڑ کے لئے مفید ہے۔

(17) تیل کی اندری یعنی قضیب کو جلا کر راکھ کر لیں۔ اس راکھ کو روغن تلخ بادام میں ملا کر عضو مخصوص پر لیپ کریں۔ یہ عمل ایک ہفتہ جاری رکھیں۔ سستی و نامردی کے لئے اکسیر ہے۔

(18) پاؤ بھر کچوے لے کر انہیں صاف کریں۔ آدھ پاؤ تلخ بادام میں ڈال دیں۔ ہلکی آنچ پر رکھ دیں۔ یہاں تک کہ کچوے تیل میں جل کر راکھ ہو جائیں۔ اب تیل کو آگ پر سے ہٹالیں۔ ٹھنڈا ہو جانے پر تیل کو نتھار لیں۔ کسی باریک کپڑے سے چھان لیں۔ تیل کو شیشی میں محفوظ کر لیں۔ عضو مخصوص پر روزانہ اس کی مالش کریں۔ سستی و نامردی اور قوت باہ کے لئے اکسیر ہے۔

(19) بیر بیوٹیاں چمکیلے سرخ رنگ کے پر دار کیڑے ہوتے ہیں جو موسم برسات میں جنگلوں میں زمین سے باہر نکل آتے ہیں۔ یہ کیڑے سستی و نامردی کے لئے اکسیر کا حکم رکھتے ہیں۔ ان کو روغن تلخ بادام میں جلا کر راکھ لیں۔ تیل کو نتھار لیں۔ روزانہ اس کی عضو مخصوص پر مالش کریں سستی و نامردی اور قوت باہ کے لئے اکسیر ہے۔ یہ روغن مجرب فالح و لقوہ بھی ہے۔ متاثرہ مقام پر روزانہ اس کی مالش کریں۔

(20) تبتی یا نیپالی خالص کستوری ایک، ایک ڈرام روغن تلخ بادام میں شامل کر لیں۔ عضو مخصوص پر اس کی مالش کریں۔ قوت باہ کے لئے یہ روغن جادو کا اثر رکھتا ہے۔ بہترین ملذذ بھی ہے۔

(21) ایک رتی عنبر خالص ایک ڈرام روغن تلخ بادام میں شامل کر کے بذریعہ کھل یا پھر ہلا کر یک جان کر لیں۔ یہ روغن نہ صرف قوت باہ کی کمی کو پورا کرتا ہے بلکہ جملہ اعصابی امراض میں بھی اس کی مالش مجرب ہے۔ جادو کا اثر رکھتی ہے۔

(22) بچھو کو روغن تلخ بادام میں جلا کر تیل کو نتھار لیں۔ یہ تیل کئی امراض کے لئے اکسیر ہے۔ درد گردہ کے مقام پر اس کی مالش کریں۔ دافع درد گردہ ہے۔

(23) سستی و نامردی میں عضو مخصوص پر اس کی مالش کریں۔ سستی و نامردی دور ہو جاتی ہے۔ اس مقصد کے لئے روغن بلسان اور روغن کچد بھی استعمال کیا جاتا



ہے۔ لیکن روغن بادام اور روغن زیتون سب سے بہتر ہے۔  
(24) بچھو کو جلا کر رکھ لیں۔ اس کو روغن تلخ بادام میں ڈال کر مرہم بنائیں۔ بوقت قربت اس کا پلاؤ لگائیں۔ بے حد ملذذ اور مسک ہے۔

(25) روغن تلخ بادام اور روغن زیتون میں تلی ہوئی مچھلی مقوی باہ ہوتی ہے اور روغن زیتون میں تلی ہوئی مچھلی بھی یہی خواص رکھتی ہے۔

(26) سانپ کی کینچلی جلا کر روغن تلخ بادام کے ساتھ مرہم بنائیں۔ ترکیب اس کی یہ ہے کہ کینچلی جلا کر بالکل باریک پس لیں اور اس میں روغن تلخ بادام اتنا ملائیں کہ مرہم سا بن جائے۔ اس کو جذام کے داغوں پر لگائیں۔

(27) قبرستان میں پائے جانے والے کالے کالے چوٹے ایک سو عدد لے کر 6 تولہ روغن تلخ بادام کے ساتھ بوتل میں ڈالیں اور منہ بند کر کے چالیس روز دھوپ میں رکھیں۔ اس کے بعد اس تیل کی بقدر 1 ماشہ صبح و شام نیم گرم مالش کر کے اوپر پانی یا ارٹھ کا پتا باندھیں۔ بیس روز بلا ناغہ استعمال کریں اور پھر کرشمہ دیکھیں۔ نامردی ختم ہو جائے گی۔ اس کو روغن مورچہ کہتے ہیں۔ قبرستان میں پائے جانے والے کالے چوٹوں میں فاسفورس ہوتی ہے۔ کیونکہ وہ مردوں کی ہڈیوں کو اپنی خوراک بناتے ہیں۔ اور ہڈیوں میں فاسفورس ہوتی ہے۔ فاسفورس کا سب سے بڑا فائدہ یہ ہے کہ وہ خصوصاً اعصاب کو تقویت دیتی ہے۔

(28) جگنو میں بھی فاسفورس ہوتی ہے۔ اسی نظریے طب کے تحت جگنو کو فالج، لقوہ، ضعف باہ اور ضعف اعصاب میں کھلاتے ہیں اور یہ بات تحقیق کو پہنچ چکی ہے کہ جگنو فاسفورس سے بھرپور ہے۔ اس قسم کی بہت سی مثالیں طب میں موجود ہیں۔  
(29) یہ روغن کنٹھ مالا، دیگر گلٹیوں، رسولیوں اور مزمن درمموں کے لئے بھی مفید ہے۔

(30) پہاڑی کوئے (جسے پنجابی میں ڈھوڈل کاگا کہتے ہیں) کے پتے کو روغن تلخ بادام میں جلا لیں۔ لیکن دھیمی آنچ پر جلا لیں۔ جب پتہ زار روغن میں جل کر

سیاہ رنگت اختیار کر لے تو روغن کو آگ پر سے اتار لیں ٹھنڈا ہو جانے پر نتھار لیں۔ اور شیشی میں بند کر لیں۔ قربت کے وقت عضو مخصوص پر لگائیں۔ بہترین ملذذ ہے۔ عضو میں کچی اور لاغری کو بھی دور کرتا ہے۔

(31) مقویات میں دو روغن زمانہ قدیم سے مشہور چلے آ رہے ہیں۔ اول زیتون کا تیل اور دوم روغن بادام۔ جبکہ کڑوے باداموں کا تیل تو طب کے بے شمار نسخہ جات میں استعمال ہوتا ہے۔ دنیا کے بیشتر حصوں میں زیتون کا تیل اور بادام کا تیل کھانے پکانے کی چیزوں میں بطور گھی، دیہی نیبل آئل، مکھن اور دوسرے روغنیات کی جگہ استعمال ہوتا ہے۔ یہ تیل زیتون کے تیل کے بعد اپنے اندر بڑی غذائی توانائی و حرارت پوشیدہ رکھتا ہے۔ قوت مردی، جسمانی کمزوری، بے خوابی، دائمی قبض اور ہاضمے کے نقائص کے لئے از حد مفید ہے۔ اگر انڈوں کو روغن زیتون اور روغن بادام میں فرائی کر کے شہد کے ساتھ استعمال کیا جائے تو قوت مردی کے لئے از حد مفید ہے۔ اعضاء رئیسہ کو تقویت دیتا ہے۔

(32) دنیا کے تمام روغنیات سے، زیتون کے تیل سے دوسرے نمبر پر دوا من یعنی حیاتین اور معدنی نمکیات سے بھرپور ہے۔ جسم انسانی کی جملہ کمزوریوں کو دور کرتا ہے۔ گوشت پوست اور ہڈیوں کی نشوونما کے لئے مفید ہے۔ بے خوابی کے عارضہ میں اس روغن کو کانوں میں ڈالنا اور سر میں لگانا بے حد مفید ہے۔ بطور مقویات و طلاء جات اس کے فوائد اس قدر زیادہ ہیں کہ ان کی تشریح کے لئے ایک ضخیم کتاب کی ضرورت ہوگی۔

## (24) چکنی جلد کی صفائی

جن خواتین کی جلد چکنی ہوتی ہے۔ انہیں زیادہ مسالے دار، بھنے ہوئے اور چکنے کھانے نہیں کھانے چاہئیں۔ کیونکہ ان کھانوں کے استعمال سے پسینے کا اخراج زیادہ ہوتا ہے اور جلد کے چکنے غدد زیادہ متحرک ہو جاتے ہیں۔ کاسمیکس میں فیس



بادام سے علاج  
کریم، کولڈ کریم، کلینزنگ کریم اور دیگر چکنی مصنوعات سے گریز کریں۔ چکنی جلد کے لئے صابن اور سادہ پانی بہترین کلینزر ہے۔ اپنا چہرہ دن میں تین بار دھوئیں۔ اس کے بعد اسٹرنجٹ ضرور لگائیں اور ہر پندرہ دن کے بعد ہلکا سا روغن بادام جلد پر لگائیں۔

### (25) چکنے اور نارمل بالوں کا بہترین شیمپو

دواؤں کی زردی ایک کپ گرم پانی میں پھینٹ لیں۔ اس آمیزے کو اچھی طرح بالوں میں لگائیں۔ پانچ منٹ تک لگا رہنے دیں۔ پھر پانی سے دھو لیں۔ اس کے استعمال کے بعد مزید کسی شیمپو کی ضرورت نہیں۔ بالوں کے خشک ہونے پر روغن بادام لگائیں۔ اس سے بال قدرتی طور پر لمبے، مضبوط اور از حد چمکدار ہو جاتے ہیں۔ اگر بال چکنے ہیں تو چار دواؤں کی زردی اور سفیدی خوب اچھی طرح پھینٹ لیں۔ بالوں میں جڑوں تک لگائیں۔ دھو ڈالیں۔ سوکھ جانے پر سر میں روغن بادام لگائیں۔ بلا کی چمک پیدا ہوگی۔

### (26) چنبیل

روغن بادام میں مصفی گندھک کا ایک فیصد محلول لگائیں۔

### (27) چہرے کا ماسک

فیس ماسک (Facemask) لگانے سے نہ صرف جلد کی کثافتیں دور ہو جاتی ہیں بلکہ اس سے عضلات میں توانائی پیدا ہوتی ہے روغن بادام، روغن زیتون، شہد، اندے کی سفیدی، انڈے کی زردی کھیرے کا رس اور لیموں کا رس بہترین فیس ماسک ہیں۔

پھٹی ہوئی نسیمیں اور جھریاں حساس چہروں پر بہت جلد نمودار ہوا کرتی ہیں۔ شدید درجہ حرارت، اور شدید سردی اور جلد کے ساتھ سخت برتاؤ سے بھی نسیمیں پھٹ جایا کرتی ہیں۔ اس کا علاج بھی روغن بادام کا مساج ہے۔

بادام سے علاج  
چہرے پر گلاب اور سیب کی سرخی لانے اور اس میں شگفتگی پیدا کرنے کے لئے کوئین آف شیا فیس ماسک استعمال کریں۔ فارمولا اس کا درج ذیل ہے۔

- 1- روغن بادام
  - 2- روغن زیتون
  - 3- شہد
- ہر اشیاء حسب ضرورت لے کر، آمیزے کا ماسک ہفتہ میں دو بار لگائیں۔

### (28) چہرے کی جلد کی صفائی کے لئے

اگر چہرے پر دانے اور نبل ہوں تو نیوڈرول کریم (Mudrel Cream) استعمال کریں۔ اور رات کو سوتے وقت روغن بادام لگایا کریں۔

### (29) چہرے کی چمک کے لئے

چہرے کو ہمیشہ روغن بادام کا مساج کرتے رہنے والے کا چہرہ کبھی ماند نہیں پڑتا۔

### (30) چہرے کی جھائیاں دور کرنے کے لئے

چہرے کی چمک کے لئے روزانہ عرق گلاب سے منہ دھویا کریں اور رات کو سوتے وقت روغن بادام کی مالش کیا کریں۔

چہرے پر چھائیوں کا پیدا ہونا ایک عام شکایت ہے۔ چھائیاں دیکھ بھال ہی سے دور ہو سکتی ہیں۔ اگر چہرے پر روغن بادام کی اکثر مالش کی جائے تو یہ شکایت دور ہو جائے گی۔

### (31) چہرے کی حفاظت کا بہترین ضامن

ادھیڑ عمری کی ایک علامت یہ ہے کہ جلد کے مردہ خلیے آسانی سے نہیں جھڑتے۔ اس لئے ان کی جگہ نئے خلیے نہیں لیتے۔ چہرے کی رطوبت تیزی سے زائل ہونے لگتی ہے۔ عمر کے تقاضوں کو روکنا ممکن نہیں۔ لیکن بھرپور توجہ اور مفید عمل سے اس



بادام سے علاج  
کو محفوظ رکھا جاسکتا ہے۔ اس سائنٹفک دور میں کاسمیٹکس تیار کرنے والی کئی فرموں نے جلد کی حفاظت اور چہرے کی رطوبت کو ضائع ہونے سے روکنے کے لئے نئی کاسمیٹکس تیار کی ہیں جن کے استعمال سے خاطر خواہ اثرات ظاہر ہونے لگے ہیں۔ لیکن روغن بادام اب بھی ان میں سرفہرست ہے۔ جلد کی جو حفاظت اس سے کی جاسکتی ہے کسی اور شے سے نہیں کی جاسکتی۔

کاسمیٹکس ٹیکنالوجی نے عمدہ قسم کی کریموں اور روغنوں کے علاوہ ایسے اجزاء دریافت کر لئے ہیں جو بلاشبہ جلد کے لئے اکسیر ہیں۔ تاہم جو اثرات روغن بادام سے مرتب ہوتے ہیں اسے کاسمیٹک ٹیکنالوجی بھی تسلیم کرتی ہے۔

### (32) چہرے کے بدنمادارغ

چپک کے داغوں کو دور کرنے کے لئے مرکولاٹز ڈویکس میں ذرا سا بادام روغن ملا کر اس آمیزے کا چہرے پر مساج کریں۔ اول تو چہرے کے داغ دور ہو جائیں گے۔ اور اگر ایسا نہ ہوا تو خاصہ مدد ہم ہو جائیں گے۔

### (33) چہرے کے بھورے تلوں کے لئے

اگر چہرے پر بھورے رنگ کے تل ہوں تو روغن بادام میں لیموں کا رس ملا کر چہرے پر لگائیں اور اسٹل مین فریکل کریم لگایا کریں۔

### (34) چہرے کے نکھار کے لئے

رات کو ٹائیٹ کریم لگانے کے بجائے چہرے کو پر روغن بادام لگائیں۔ یہ چہرے کو نکھارتا ہے۔

### (35) خارش

روغن بادام اور باریک پسلی ہوئی آملہ سار گندھک کا آمیزہ متاثرہ مقام پر لگائیں۔



## (36) خارش تر

ایک حصہ روغن قشر بادام دو حصہ کڑوے تیل میں ملا کر ذرا دھوپ چڑھنے پر خارش تر والے کے بعد بدن پر مالش کر کے ایک گھنٹہ کے بعد بھورے رنگ کی بھینس کے تازہ گوبر سے بدن کوئل کر گرم پانی سے نہلایا جائے چند بار ایسا کرنے سے خارش تر کو آرام ہو جائے گا۔

## (37) خشک اور پھٹے بالوں کے لئے

خشک اور پھونک بالوں کے لئے روغن بادام بہترین کنڈیشنر ہے شیمپو کرنے سے پہلے سر کو روغن بادام کی مالش کریں۔ اس سے بال مضبوط اور چمکدار ہوتے ہیں۔ روغن بادام اور انڈے کی زردی بالوں کا بہترین کنڈیشنر ہے۔ اس سے کھوپڑی پر جیسے مردہ خلیے اکھڑ جاتے ہیں۔

## (38) خشک اور کھر درمی جلد کے لئے

کچھ خواتین کے ہاتھوں کی جلد خشک اور کھر درمی ہوتی ہے۔ ناخنوں پر نیل پالش لگاتی ہیں تو ہاتھوں کی بدنمائی میں مزید اضافہ ہوتا ہے۔ چہرے کی طرح ہاتھوں کا میک اپ کرنا ممکن نہیں۔ اگر وہ ہاتھوں پر فاؤنڈیشن اور پاؤڈر لگائیں گی تو ذرا دیر بعد ان کی محنت ضائع ہو جائے گی۔ کیونکہ ان کے ہاتھ ہر وقت مصروف رہتے ہیں اور انہیں وقفے وقفے سے دھونے کی ضرورت پیش آتی ہے۔ البتہ ہاتھوں کو نرم اور صاف رکھنے کے لئے مندرجہ ذیل نسخہ آزمائیں۔

ہفتے میں ایک بار نیم گرم پانی میں کھانے کا نمک ڈال کر اپنے ہاتھ آدھ گھنٹے کے لئے اس میں بھگو دیں۔ پھر جھانویں سے آہستہ آہستہ صاف کریں۔ ناخنوں کو برش سے صاف کریں۔ ہاتھ خشک کرنے کے بعد اپنے ناخن تراشیں۔ انہیں قائل کریں۔ پھر روغن بادام لگائیں۔ ناخن اور ہاتھ تو لیے سے صاف



## (41) خسیوں کی خارش

خسیوں کو کاربالک سوپ سے دھو کر بادام روغن لگائیں۔

## (42) خوبصورت جلد کی تابناکی

جلد کی تابناکی کے لئے آج کل کا سمیکس ٹیکنالوجی میں نئے شید فائوڈیشن اور موچر انر منظر عام پر آ رہے ہیں۔ مثلاً جلد کی فطری رنگت سے ملتی جلتی فائوڈیشن جس میں موچر انر اور پرل شامل ہو لگایا جاتا ہے کہ جلد شبنمی معلوم ہو۔ لیکن روغن بادام بہترین موچر انر ہے۔

## (43) داد

روغن بادام میں مصفی گندھک ایک فیصد کا محلول لگائیں۔ داد کے لئے اکسیر بے نظیر ہے۔

## (44) درد کمر

روزانہ رات کے وقت کمر پر روغن بادام کی مالش کی جائے۔ چند روزہ مسلسل مالش سے کمر درد دور ہو جائے گا۔

## (45) دماغی تقویت کے لئے

سر کے چکرانے میں سر میں روغن بادام کا استعمال از حد مفید ہے۔

## (46) دماغی خشکی

اگر دماغ میں خشکی پیدا ہوگئی ہو۔ کم سنائی دینے لگا ہو۔ کانوں میں شائیں شائیں کی آوازیں آتی ہوں۔ حافظہ کمزور ہو چکا ہو۔ تو ان سب عوارض کے لئے روغن بادام ایک اعلیٰ درجہ کی اکسیر ہے۔

کریں۔ پھر نیل پالش لگائیں۔ جتنی بار ہاتھ دھوئیں۔ ذرا سا روغن بادام لگانا بھولیں۔ نیز رات کو سونے سے پہلے ہاتھوں پر درج ذیل لوشن لگایا کریں۔

فارمولا یہ ہے۔

- 1- دلے ہوئے جو۔ آدھیر
- 2- گرم پانی۔ آدھیر
- 3- عرق گلاب۔ ایک چائے کا چمچ
- 4- گلیسرین پیور۔ ایک چائے کا چمچ
- 5- ایونیا ہاؤس ہولڈ۔ ایک چائے کا چمچ
- 6- عرق لیموں۔ ایک کھانے کا چمچ
- 7- روغن بادام۔ ایک چائے کا چمچ

ترکیب:- دلے ہوئے جو، رات بھر پانی میں بھگو دیں۔ صبح کو پانی چھان لیں اور پانی میں تمام اشیاء ملا کر شیشی میں محفوظ کر لیں۔ رات کو سونے سے پہلے اس لوشن کو ہاتھوں پر مل لیا کریں۔

## (39) خشک جلد

اگر چہرے کی جلد بہت خشک ہو اور اس کے مسامات کھلے ہوں تو روزانہ سونے سے پہلے چہرے کو روغن بادام سے مساج کیا کریں۔

## (40) خشک کھانسی

مغز بادام مقشر 8 عدد  
گائے کا مکھن 2 عدد  
مصری عمدہ 2 تولہ

صبح کے وقت گھوٹ کر چٹائیں۔ اور شام کے وقت بالائی میں کھلائیں۔ بڑا ہی موثر نسخہ ہے۔



## (47) رسولی

ہر قسم کی رسولی ابتدائی حالت میں روغن بادام کی مالش سے رسولی تحلیل ہو جاتی

ہے۔

## (48) رگیں پھولنا

پھولی ہوئی رگوں پر روزانہ روغن بادام کی مالش کریں۔ کچھ عرصہ بعد پھولی ہوئی رگیں بیٹھ جائیں گی۔

## (49) روغن بادام کے جمالیاتی فوائد

قدرت نے روغن بادام کو بے شمار جمالیاتی فوائد و خواص عطا کئے ہیں۔ افزائش حسن کے لئے قدرت کا عطا کردہ یہ بیش بہا تحفہ ہے۔ جہاں تک افزائش حسن کا تعلق ہے روغن بادام اور زیتون کے روغن کو بڑی اہمیت حاصل رہی ہے۔ چہرے اور بدن پر اس کی مالش طاقت و توانائی کی حامل ہے۔ جلد میں چمک اور نکھار پیدا کرتی ہے۔ دنیا کی نامور حسین و جمیل عورتوں نے روغن بادام کو افزائش جمال کے لئے استعمال کیا ہے یہی وجہ ہے کہ بیوٹی کلیںکوں میں مختلف روغنیات کے ساتھ ساتھ روغن بادام بھی کثرت سے استعمال کیا جاتا ہے۔

روغن بادام کے قدیم و جدید فارمولے مستعمل ہیں۔ اس کے ذریعے بہت سے پیچیدہ مسائل حل کئے جاتے ہیں۔ بیوٹیشن چہرے اور اس کی جلد کی جملہ جمالیاتی شکایتوں کو دور کرنے کے لئے درج ذیل فارمولے پیش کرتے ہیں۔ چہرے پر کیل مہاسے نکلے ہوں۔ جلد داغدار ہو۔ چھائیاں پڑی ہوں۔ جلد کھردری یا حساس ہو تو اس صورت میں کاسمیٹکس کے استعمال سے خاطر خواہ نتائج حاصل کرنا ممکن نہیں۔ بیوٹیشن اور فریو تھراپسٹ یہ کہتے ہیں کہ جلد کی سطح کا خیال رکھنا یا اسے بنانا سنوارنا ہی کافی نہیں بلکہ جلد کی گہرائیوں تک پہنچنا بڑا ضروری ہے۔



## (50) روغن بادام کے معالجاتی فوائد

جل جانے یا چوٹ لگنے سے ایسا زخم جس میں پیپ پڑ گئی ہو اس کو کینڈولا لوشن سے دھو کر بادام روغن لگائیں۔

چھائیاں چہرے کو بد ذیب بنادیتی ہیں۔ متاثرہ حصوں پر بادام روغن کی مالش کرنا چاہئے۔

ذیل میں ان خاص خاص عارضوں کا تذکرہ ہے جن میں روغن بادام کی مالش اکیسری اثر رکھتی ہے۔

(1) اگر عورت کے پستانوں میں دودھ جم گیا ہو تو چیل یا گدھ کا انڈا روغن بادام میں جلا کر لگائیں۔ یہ شکایت رفع ہو جائے گی۔

ترکیب تیاری اس کی یہ ہے کہ چیل کے چار انڈے توڑ کر ایک چھٹانک بادام روغن میں شامل کر دیں۔ پندرہ بیس منٹ اس آمیزے کو پھینٹیں پھر ہلکی آنچ پر رکھ دیں اور پکنے دیں۔ حتیٰ کہ انڈوں کا مادہ تیل میں جل کر سیاہ ہو جائے۔ آگ پر سے اتار لیں۔ ٹھنڈا ہو جانے پر نتھار لیں۔ چھان کر شیشی میں بند کر لیں۔ اس مرکب کی عورت کے پستانوں پر مالش کریں۔ رکا ہو ا دودھ دو چار دن میں جاری ہو جائے گا۔

(2) جن عورتوں کے بچے مرض ڈبہ، ام الصبیان، سوکھا اور عطاشہ وغیرہ سے ہلاک ہو جاتے ہیں یا جو عورتیں بانجھ ہوں جن کی اولاد نہ ہوتی ہو ان کو خرگوش کا گوشت روغن بادام میں بھون کر کھلائیں۔ مذکورہ بالا امراض اکیسیر ہے۔

(3) کتے کی جلی ہوئی زبان کی راکھ کو روغن زیتون میں ملا کر مرہم بنالیں۔ آتشک کے زخموں پر لگائیں۔ اکیسیر ہے۔

(4) بیربھوٹیوں کو روغن بادام، روغن زیتون اور روغن کنجد میں جلا کر تیار کیا ہوا تیل مجرب فالح و لقاہ ہے۔ متاثرہ مقام پر روزانہ اس کی مالش کریں۔

(5) چمکا ڈر کو روغن بادام میں جلا کر روغن کو نتھار لیں۔ روغن کو محفوظ کر لیں۔



- خنازیر کی گلیوں پر لگائیں۔ دس، بارہ دن میں دب جائیں گی۔
- (6) کوئے کو بغیر صاف کئے کوڑہ گلی میں بند کر کے اس قدر آگ دیں کہ جل جائے۔ باریک پیس کر اس میں اس قدر روغن بادام ملائیں کہ مرہم سی بن جائے۔ ہر روز کنٹھ مالا کی گلیوں پر اس لیپ کریں۔ یہ ایک طبی عجوبہ ہے۔
- (7) صحرائی چگاڑا ہر یہ روغن بادام میں بنایا جائے۔ فاج، لقوہ گنٹھیا، نقرس اور درد کمر کے مریض کو کھلایا جائے۔ مجرب ہے۔
- (8) لومڑی کی چربی اور ایک چھٹانک روغن بادام میں حل کر لیں۔ گنٹھیا کے مریض کی مالش کر کے اوپر مدار کے پتے باندھ دیں۔ بہت جلد آرام ہو جائے گا۔
- (9) لومڑی کی چربی اور روغن بادام ہم وزن لے کر اچھی طرح ملا لیں درد سر، درد شقیقہ، درد گردہ اور درد کمر کے لئے اس جگہ خوب مالش کریں۔ از حد مفید ہے۔
- (10) اگر کان میں شدید درد ہو اور کسی بھی دوا سے افاقہ نہ ہوتا ہو تو درج ذیل نسخہ آزمائیں۔

2 ماشہ	روغن زیتون	2 ماشہ	روغن بادام
2 ماشہ	گل جنبش	1 ماشہ	زعفران
3 ماشہ	گل بابونہ	6 ماشہ	لہسن

سب ادویہ کو روغن بادام اور روغن زیتون میں جلائیں۔ جب یہ سب چیزیں جل جائیں تو روغن، آگ سے اتار لیں۔ اور ٹھنڈا ہو جانے کے بعد کان میں استعمال کریں۔

(11) درج ذیل نسخہ ورم کان کے لئے اکسیر ہے۔

2 ماشہ	روغن بادام	2 ماشہ	روغن بابونہ
		1 ماشہ	موم دیسی مصفی

سب کو باہم ملا کر گرم کریں۔ پھر ٹھنڈا کر کے اس میں روغن تارپین 2 ماشہ اور امرت دھارا ایک ماشہ اس میں ملا دیں۔ ٹھنڈا ہو جانے پر محفوظ کر لیں۔ ورم کان کے



لئے اکسیر ہے۔

(12) تمباکو کے تازہ پھول لے کر روغن بادام میں پیس کر لیپ کریں۔ چند

بار کے لیپ سے گنچ دور ہو جاتا ہے۔

(13) گڑ ایل کے تازہ پھولوں کا رس نکال لیں۔ اور اس میں ہم وزن روغن

زیتون شامل کریں اور خوب پھینٹ لیں۔ آگ پر گرم کریں۔ جب دونوں حل ہو جائیں تو اتار لیں اور روزانہ سر پر لگایا کریں۔ بال جھڑکے لئے مفید ہے۔

(14) اگر تمام جسم میں دھن رہتی ہو تو ہفتے میں دو بار روغن بادام کی مالش کیا

کریں۔

(15) سردیوں میں اکثر پاؤں پھٹ جاتے ہیں۔ بوائیاں پڑ جاتی ہیں۔ چلنا

پھرنا دشوار ہو جاتا ہے۔ پاؤں گرم پانی سے دھو کر بادام روغن لگائیں بوائیاں ٹھیک ہو جائیں گی۔

## (51) سانولی رنگت کے لئے

جن لوگوں کے چہرے کی رنگت سانولی ہو ایسا صابن استعمال کریں جس میں

جلد کو نرم کرنے والا کوئی روغن یا کریم شامل ہو۔ غسل کے بعد چہرے اور ہاتھوں پر درج ذیل لوشن لگائیں۔

- |               |         |              |          |
|---------------|---------|--------------|----------|
| 1- روغن بادام | ایک حصہ | 2- گلیسرین   | 1/2 حصہ  |
| 3- عرق کلاب   | دو حصے  | 4- عرق لیموں | چند بوند |

## (52) سرخی مائل بالوں والی خواتین

اگر آپ کے بال سرخی مائل ہیں تو بالوں کو چائے کے پانی سے دھوئیں اور سکھا

کر روغن بادام لگائیں۔ ان کی رنگت اور زیادہ دلکش ہو جائے گی۔



## (53) سر کی الرجی کے لئے

ہیئر چنگ اور ہیئر ٹونک سے سر کے بالوں کو مختلف رنگوں کے کیمیاوی شیمپو یا ہیئر لوشن یا ہیئر کریم لگانے سے کئی خواتین و حضرات کے سر میں خارش ہو جاتی ہے۔ جس کی وجہ سے سر کے جلد کی الرجی ہے۔ کیمیاوی مادے کئی جلدوں کو اس نہیں آتے۔ ان کے لگانے سے سر میں خارش خشکی یا سوزش ہو جاتی ہے۔ اگر ہیئر چنگ ایسی کوئی چیز استعمال کی جائے تو سر دھونے سے پہلے بالوں میں روغن بادام یا زیتون کا تیل لگائیں اور دھونے کے بعد بھی روغن بادام لگانا چاہئے۔

## (54) سر کی خارش اور سوزش کے لئے

اگر سر میں الرجی کی وجہ سے خارش یا سوزش ہو گئی ہو تو ایک چمچ روغن بادام میں چار قطرے کاربالک ایسڈ ملا کر سر کو مساج کریں۔ اگر کاربالک ایسڈ ملانا پسند نہ کریں تو صرف روغن بادام ہی کافی ہے۔ خشک موسم میں روغن بادام اور بالائی کے آمیزے کو اگر نایٹ کریم کے طور پر استعمال کریں۔ تو جلد تروتازہ اور شگفتہ رہتی ہے۔

## (55) سر کے ہر قسم کے بالوں کے لئے کنڈیشنر

بادام روغن اور شہد کو بھی کنڈیشنر کے طور پر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ ایک کپ شہد اور ایک کپ روغن بادام ملا لیں۔ اس کے ساتھ کھانے والا ایک چمچ گلیسرین اور سر کو بھی ملا لیں۔ اس آمیزے کو اچھی طرح پھینٹ لیں۔ پھر سر میں لگا کر پندرہ بیس منٹ بعد دھو ڈالیں۔ یہ کنڈیشنر ہر قسم کے بالوں کے لئے مناسب ہے۔

## (56) سکری کا علاج

روزانہ سر کو بادام روغن کی مالش کرنے سے سکری دور ہوتی ہے۔

## (57) سوزش

سوزشی ابھار پر نیم گرم بادام روغن کی مالش کر کے ہلکی ہلکی ٹکڑی بکڑی مفید ہے۔

## (58) فالج۔ ادھرنگ۔ لقوہ

متاثرہ مقام پر روغن بادام، روغن زیتون اور روغن کنجد کے آمیزے کی مالش بڑی مفید ہے۔

## (59) قبض

روغن بادام کیسٹر آئل کی طرح قبض کشا بھی ہے۔ اس کے استعمال سے پرانی سے پرانی قبض دور ہو جاتی ہے۔ سوتے وقت آدھا چائے کا چمچ استعمال کریں۔

## (60) قدرتی گلیسر

میک اپ کو تروتازہ اور چمکدار رکھنے کے لئے فیس گلیسر (Face Glamour) استعمال کریں جبکہ آئینڈ آئل روغن بادام سے بہتر کوئی قدرتی گلیسر نہیں ہے۔

## (61) کان کا درد

اگر کان میں درد ہو لیکن زخم نہ ہو تو روغن بادام کو نیم گرم کر کے چند قطرے کان میں ڈالنے سے آرام ہو جاتا ہے۔

## (62) گرمی کے موسم میں چہرے کی حفاظت

گرمی اور خشکی کی وجہ سے اگر چہرے کی رنگت متاثر ہوئی ہو تو آپ اپنی جلد کی گلینرنگ اور موچر انژنگ کا خیال رکھیں۔ چہرے پر روغن بادام کی مالش کریں۔ چہرے پر بریلے پانی کے چھینٹے ماریں۔ تو لیے سے چہرہ خشک کر لیں۔ چہرے



ہے۔ چند ہی روز میں خشکی دور ہو جائے گی۔

### (68) ملتے اور درد کرتے دانتوں کا علاج

چھلکا بادام جلا ہوا ایک تولہ، پھٹکری بریاں ایک تولہ، باریک پیس کر رکھیں اور بوقت ضرورت دانتوں پر ملیں۔ اکسیری منجن ہے۔

### (69) ہونٹوں کی خوبصورتی کے لئے

اگر ہونٹوں کی رنگت سیاہ یا بے رونق ہوگئی ہو تو رات کے وقت روغن بادام میں عرق لیموں ملا کر ہونٹوں پر لگائیں۔

## بادام کی مفردات و مرکبات ادویہ

### (1) اسہالین

اجزاء۔

حب المملوک مقشر مدبر 1 تولہ مغز بادام مقشر 12 عدد

ترکیب تیاری:

مندرجہ بالا اشیاء کو باہم ملا کر کسی شیشی میں بند کر کے 4 روز تک گرم جگہ میں رکھیں۔ اس کے بعد مغز بادام علیحدہ کر لیں۔ یہ بادام حسب مزاج اسے 3 عدد تک کھلانے سے کھل کر دست آجاتے ہیں۔ یہ ایک نہایت عمدہ اور بے ضرر دست آور ہے۔

### (2) اطر یفل

پوست ہلیلہ کابلی، ہلیلہ زرد، پوست آملہ بیڑا، ہلیلہ سیاہ ہر ایک ڈھائی تولہ گل سرخ، سنائی، تربد، ہر ایک 9 ماشہ، سوٹھ 1/2 ماشہ سب ادویہ کو کوٹ چھان کر روغن بادام میں چرب کر کے تین حصہ مقدار ادویہ سے زیادہ شہد ملا دیں۔

پر بادام روغن کا مساج کریں۔ اس کے بعد کوئی اسٹرنجٹ لگائیں۔ اس سے جلد کی ٹونک ہو جاتی ہے۔

### (63) گنچاپن

بلی کی کھال کو جلا کر اس کی راکھ کو روغن بادام میں ملا کر گنچ پر ملنا گنچ کے لئے اکسیر ہے۔

### (64) نازک جلد کی حفاظت

ہیئر ریمودنگ کریمیں، پاؤڈر اور ہیئر ریمودنگ آئل لگانے سے جلد کے نازک مقامات پر سوزش ہو جاتی ہے۔ دماغ پڑ جاتے ہیں۔ بال صفا کریم یا ایسی کسی اور چیز کا استعمال کرنے کے بعد وہاں روغن بادام لگادیں۔ یہ شکایت نہ ہوگی۔

### (65) نسیان کے خاتمہ کے لئے

روزانہ روغن بادام سر میں لگانے سے حافظہ تیز ہوتا ہے۔ اس سے یادداشت بڑھتی ہے۔

### (66) نقرس۔ گھٹیا

روغن بادام کو لہسن کی تریاں جلا کر اس تیل کی مالش کریں۔ یہ نسخہ دکتے جوڑوں کے لئے بھی مفید ہے۔

### (67) ہونٹوں کی خشکی

کچھ خواتین کے ہونٹ لپ اسٹک لگانے کے بعد انتہائی خشک ہو جاتے ہیں۔ کچھ خواتین کے ہونٹوں پر قدرتی طور پر خشکی ہوتی ہے۔ ایسے ہونٹوں پر لپ اسٹک لگانے سے پہلے ہلکا سا روغن بادام ہونٹوں پر لگائیں۔ پھر لپ اسٹک لگائیں تو خشکی کا احساس نہ ہوگا۔ ہونٹوں کی خشکی دور کرنے کے لئے روزانہ ان پر روغن بادام ملنا اکسیر



## (4) اکسیر آشک

اجزاء:

خرمہرہ زرد سوختہ	1 تولہ	زنگار	3 ماشہ
کتھ سفید	1 تولہ	دارچینا	1 ماشہ
برگ مدار سوختہ	1 تولہ	موم سفید	1 تولہ
مردار سنگ	3 ماشہ	روغن تخم نیم	5 تولہ
دانہ الاچی خورد	3 ماشہ	روغن بادام	5 تولہ
کافور	3 ماشہ		

ترکیب تیاری:

سب کامرہم بنالیں۔

ترکیب استعمال:

تھوڑا سا مرہم آشکی زخموں پر لگا دیا کریں۔ اور کچھ عرصہ بعد نیم کے پانی اور صابن سے دھو دیا کریں۔

افعال و منافع:

آتشک کے زخموں کو یہ مرہم بھرتی ہے۔ اور صاف کرتی ہے۔

## (5) اکسیر برص

بادام کے چھلکوں کا تیل (روغن قشر بادام) برص کے داغوں پر ملیں۔ پھلہری دور ہو جائے گی۔

## (6) اکسیر بے خوابی

بے خوابی کو دور کرنے کے لئے درج ذیل نسخہ اکسیر بے نظیر ہے۔

فوائد:

سر درد کے لئے مفید ہے۔ بیٹائی کے لئے اکسیر ہے۔

## (3) اعصابی کمزوری

مغز بادام مقشر	5 تولہ	زعفران کشمیری	1 تولہ
مویز منقی	5 تولہ	کستوری	3 ماشہ
کچلہ مدبر	3 تولہ		

ترکیب تیاری:

تمام ادویات کو کھل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنالیں ایک گولی ناشتہ کے بعد لے لیں۔

فوائد:

یہ گولیاں اعصاب کو تقویت دیں گی اعصابی کمزوری کی وجہ سے جنسی دقت کو بحال کرتی ہیں۔

ایضاً

مغز بادام	5 تولہ	کچلہ مدبر	3 تولہ
زعفران	1 تولہ	مویز منقی	5 تولہ

ترکیب تیاری:

تمام اشیاء کو باریک پیس کر مٹر کے دانے کے برابر گولیاں بنائیں۔ خوراک:

ایک گولی صبح ایک شام۔



روغن بادام

روغن زیتون

روغن مغز تخم کدو ہم وزن

روغن کاہو

اس مرکب روغنیات کی سر میں مالش کرنا دافع بے خوابی ہے۔ اس کی مالش سے

نیند خوب آتی ہے۔

درج ذیل نسخہ کان کی خارش کے لئے بہت مفید ہے۔

روغن بادام ایک ماشہ روغن زیتون ایک ماشہ  
دونوں کو باہم ملا لیں۔ کان میں چند قطرے ڈالیں۔ کان کی خارش دور ہو جاتی

ہے۔

## (7) اکسیر تبخیر معدہ

حسب دستور چائے کی پتی کو پانی میں ابال کر رنگ نکالیں اور دودھ کی بجائے  
12 عدد مغز بادام کا دودھ نکال کر ڈالیں اور بجائے چینی کے اس چائے کو شہد سے میٹھا  
کر کے پیئیں۔

فوائد:

یہ چائے تبخیر معدہ کے لئے مجرب و اکسیر ہے۔

## (8) اکسیر جہر

اجزائے ترکیبی:

صاف اور سادہ کاغذ حسب ضرورت لے کر اسے جلائیں۔ اور اس کی راکھ کو  
روغن بادام سے چرب کر کے رکھیں۔

## ترکیب استعمال:

سرمہ کی طرح صبح شام آنکھ میں لگایا کریں۔ اور اگر ہو سکے تو دوا لگانے سے  
ڈیڑھ گھنٹہ بعد سرد پانی میں غوطہ لگا کر آنکھیں کھول دیا کریں۔

افعال و منافع:

جہر یعنی رتوند (روز کوری) کے لئے مجرب و مجرب ہے۔

## (9) اکسیر خارش گوش

اجزائے ترکیبی:

روغن بادام شیریں 1 تولہ امرت دھارا 1 ماشہ

ترکیب تیاری:

دونوں اجزاء کو حل کر لیں۔

ترکیب استعمال:

دو تین قطرے نیم گرم کان میں ڈالا کریں۔

افعال و منافع:

کان کی خارش کے لئے لا جواب ہے۔ درد کو بھی رفع کرتا ہے۔

## (10) اکسیر درد سر

روغن بادام دو ماشہ میں زعفران ایک ماشہ ملا کر رکھیں۔ اور دن میں تین چار  
مرتبہ بطور نسوار استعمال کریں۔

## (11) اکسیر سوزاک

مغز بادام مقشر 7 عدد الائچی سبز خورد 7 عدد

الائچی سے دانے نکال کر آدھ سیر پانی میں خوب گھوٹ چھان کر مصری ملا کر



پیشاب کی جلن اور نئے سوزاک کے لئے نافع ہے۔

## (12) اکسیر سوزاک

مغز بادام 11 عدد کشیز 3 ماشہ

بردہ صندل سفید 3 ماشہ

گھوٹ کر مصری ملا کر دن میں تین بار پلائیں۔ مجرب نسخہ ہے۔

## (13) اکسیر ضعف گردہ

اجزاء:

مغز بادام سیریں مقشر	1 تولہ	مغز نارجیل	9 ماشہ
مغز پیستہ	1 تولہ	جوزبوا	6 ماشہ
مغز چلغوزہ	1 تولہ	باچھڑ	6 ماشہ
مغز اخروٹ بریاں	1 تولہ	اسارون	6 ماشہ
نغز چرونجی	1 تولہ	کنجد مقشر	6 ماشہ
مغز فندق	1 تولہ		
تخم جرجر	6 ماشہ	تخم بالیون	4 ماشہ
سورنجاں شیریں	6 ماشہ	زعفران	4 ماشہ
قرنفل	6 ماشہ	ورق نقرہ	4 ماشہ
دارچینی	6 ماشہ	تودریتین	4 ماشہ
خولجاں	6 ماشہ	صلاحیت اصلی	5 ماشہ

ترکیب تیاری:

سب خوب باریک کر کے تین گنا شہد میں مجون بنالیں۔

## مقدار خوراک:

پاؤ سیر دودھ کے ساتھ 6 ماشہ 6 ماشہ شام کھائیں۔

## افعال و منافع:

گردوں کو مضبوط بناتی ہے اور تمام اعضاء کو خوب طاقت دیتی ہے۔

## (14) اکسیر عرق النساء

اجزاء:

سورنجاں شیریں	5 تولہ	مغز چلغوزہ	1 تولہ
مالنگنی	1 تولہ	مغز اخروٹ	1 تولہ
مقل ارزق	1 تولہ	برگ پودینہ	1 تولہ
قسط تلخ و شیریں	1 تولہ	پوست ہلیلہ کابلی	9 سوا ماشہ
سقمونیا	1 تولہ	ہلیلہ سیاہ	9 سوا ماشہ
مرچ سیاہ	1 تولہ	پوست ہلیلہ	9 سوا ماشہ
فلفل دراز	1 تولہ	رنجیل	9 سوا ماشہ
برگ سنائی	1 تولہ	نارمشک	9 سوا ماشہ
تخم حمرل	1 تولہ	پوست ہلیلہ زرد	9 سوا ماشہ
کلونجی	1 تولہ	بھلانواں مدبر	1 ماشہ

ترکیب تیاری:

سب کو باریک کر کے روغن بادام شیریں 3 تولہ سے چرب کریں۔ اور تین گنا شہد ملا کر مجون بنالیں۔

مقدار خوراک:

5 ماشہ صبح 5 ماشہ رات کو سوتے وقت نیم گرم پانی کے ساتھ۔



## ترکیب تیاری:

ان تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر روغن بادام سے چوب کریں۔ اور بیس تو لے چینی کے قوام میں ملا کر لعوق تیار کریں۔

## ترکیب استعمال:

دن میں تین مرتبہ تھوڑا تھوڑا چٹائیں۔

## فوائد:

کھانسی اور حلق کی خشونت کے لئے مفید ہے۔

## (17) اکسیر یرقان

## اجزائے ترکیبی:

مغز بادام	8 عدد	چھوہارے	2 عدد
الابچی سبز	5 عدد		

## ترکیب تیاری:

رات بھر مٹی کے کورے پانی کے گھڑے میں پڑا رہنے دیں صبح کو چھوہاروں کی گھلیاں، مغز بادام اور الابچی کے چھلکے اتار کر کوٹ دیں میں خوب گھوٹیں۔ پانچ تولہ مصری ملا دیں۔ آخر میں پانچ تولہ گائے کا مکھن ملا کر مرہض کو چٹائیں۔

## فوائد:

یرقان کے لئے اکسیر ہے۔

## (18) بادام کی بیٹھائی "1"

آدھ سیر مغز بادام مقشر کر کے کوٹ دی ڈنڈے سے باریک کر لیں۔ اور پھر آدھ سیر دال ماش مقشر پانی میں بھیگی ہوئی خوب گھوٹ کر شامل کر لیں۔ اور دونوں کو گھی میں

## افعال و منافع:

عرق النساء یعنی لیکوریا کے لئے اکسیر ہے۔

## (15) اکسیر قبض

روغن بادام شیریں 3 ماشے سے شروع کر کے بڑھاتے بڑھاتے چھ ماشہ تک لے جائیں۔ اور روزانہ رات کے وقت گرم دودھ میں ملا کر پیا کریں۔ چند دن کے استعمال سے قبض کا عارضہ دور ہو جائے گا۔

## (16) اکسیر کھانسی

مغز بادام مقشر	1 تولہ	رب السوس	3 ماشہ
بہی دانہ	1 تولہ	عرق گاؤ زبان	10 تولہ

## ترکیب تیاری:

تمام چیزوں کو خوب گھوٹ کر سفوف بنائیں۔ اور پاؤ بھر مصری ڈال کر عرق اوزبان میں قوام کر کے ملا دیں۔ لعوق تیار ہے۔

## ترکیب استعمال:

بوقت ضرورت مرہض کو بار بار چٹائیں۔

## فوائد:

خشک کھانسی کے لئے اکسیر ہے۔

## ایضاً

مغز بادام	3 تولہ	گوند کثیرا	5 تولہ
مغز کدو	3 تولہ	نشاستہ	5 تولہ
رب السوس	4 تولہ	گوند کثیرا	5 تولہ



بادام سے علاج بدستور معروف بھون لیں۔ اور دو گناہ مصری کا قوام کر کے اس میں ڈالیں۔ ایک خوش ذائقہ مٹھائی تیار ہو جائے گی۔

ترکیب استعمال:

3 تولے صبح و شام استعمال کریں۔

فوائد:

مقوی دماغ اور مولد منی ہے۔

بادام کی مٹھائی "2"

چینی	پونے تین سیر	ارد سنگھاڑا	3 تولہ
انڈے	پانچ عدد	زعفران مسحوقہ	3 ماشہ
بیس	آدھ سیر	جائفل	1 تولہ
نشاستہ مکئی	10 تولہ	مغز بادام نیم کوب	10 تولہ
اراروٹ	3 تولہ	مغز پیستہ کرتے ہوئے	10 تولہ

ترکیب تیاری:

چینی انڈے خوب ملا دیں۔ اور مشہور طریقے سے چاشنی بنا کر چھان لیں اور اس میں سوا سیر شیرہ مغز بادام کپڑے میں چھان کر ملا دیں۔ نرم آگ پر پکائیں تاکہ تار بندھ جائے۔ بعد ازاں بیس، نشاستہ مکئی، اراروٹ آرو سنگھاڑا کو پانی میں اس حد تک ہاتھ سے مل کر حل کریں۔ کہ کوئی گرہ باقی نہ رہے۔ اس کو چاشنی میں ملا کر پھر نرم آگ پر پکائیں۔ کفگیر مسلسل چلاتے رہیں۔ جب گاڑھا ہونے لگے۔ تو اس میں آدھا آدھ پاؤ گھی چھوڑنا شروع کر دیں۔ گھی جس قدر جذب ہوتا جائے ڈالتے جائیں گھی ڈالنے کے بعد آٹا درمیانی ہونی چاہیے۔ نہ تیز نہ مدہم۔ جب مٹھائی خمیر کی طرح پھولنے لگے اور جالی پیدا ہونے لگے۔ تو فوراً اتار لیں اور زعفران، جائفل، نیم کوب مغز بادام اور مغز پیستہ ملا کر جلدی سے جمادیں۔ چاقو چھری سے قتلے کاٹ لیں۔

ترکیب استعمال:

5 سے 10 تولہ تک دن میں ایک مرتبہ کھائیں۔

فوائد:

مقوی دل و دماغ ہے۔

(19) باہی

زردی بیضہ مرغ	ہم وزن	تالکھانہ	ہم وزن
مغز بادام	ہم وزن	مغز پیستہ	ہم وزن
روغن گاؤ	ہم وزن	شہد	ہم وزن
مصری	ہم وزن		

ترکیب تیاری:

سب اجزاء کو کوٹڈی ڈنڈے سے رگڑیں جب مائیت ختم ہو جائے اور روغن جدا ہو جائے رکھ دیں۔

خوراک:

بقدر برداشت روزانہ کھایا کریں۔

فوائد:

بے حد مقوی باہ ہے۔ اعضائے رئیسہ کو تقویت دیتی ہے۔

(20) تریاق اطفال

رات کے وقت مغز بادام ایک عدد، چھوہارا نصف عدد پانی کی بھری ہوئی کلیا میں بھگو کر رکھ دیں۔ اور صبح پتھری کی کسی سل پر رکھ کر گھس دیں۔ اس میں سپاری، ناریل، دریائی اور زہرہ مہرہ کی تھوڑی سی مقدار شامل کر کے اسے بھی گھس دیں۔



## (22) تیرہ رتی

اجزاء:

مغز چلنوزہ	2 تولہ	مغز اخروٹ	2 تولہ
زرادند	2 تولہ	بابونہ	2 تولہ
مغز بادام	1 تولہ	کشتہ فولاد	1 تولہ
رجمیل	1 تولہ	مغز کشیز	4 تولہ
روغن بادام	4 تولہ	کشتہ مرجان	6 ماشہ
کشتہ نقرہ	3 ماشہ	فلفل دراز	1 تولہ
شہد	3 گنا		

ترکیب تیاری:

مندرجہ بالا ادویہ کی معجون بنالیں۔ 2 ماشہ صبح 2 ماشہ شام کو کھلائیں۔

فوائد:

بے حد مقوی باہ ہے۔ اکسیر باہ ہے۔ رنگت نکھرتی ہے۔ اور خوبصورتی بڑھتی ہے۔ نیز جسم کی بدبو اور پسینہ کی کثرت زائل ہوتی ہے۔

## (23) جوشاندہ بادامی

ترکیب تیاری:

پاؤ بھر مغز بادام کو دس پندرہ منٹ تک گرم پانی میں بھگو کر اس کا چھلکا اتار لیں۔ ان کو ڈیڑھ سیر پانی میں جوش دیں۔ جب ایک سیر پانی باقی رہ جائے۔ تو چولہے سے اتار کر صبح و شام ایک ایک پاؤ پانی پلانا شروع کر دیں۔ تاکہ دو روز میں ختم ہو جائے پھر ان گریوں کو تین پاؤ پانی میں جوش دے کر آدھ سیر پانی باقی رہنے پر ہر دو وقت میں پلا دیں۔ اس طریقہ سے چند روز میں بدن کی خشکی اور آنتوں کی پیوست دور ہو جائے گی۔

ترکیب استعمال:

صبح و شام بچہ کو چٹائیں۔

فوائد:

بچہ نہایت آسانی سے دانت نکالے گا۔

## (21) تریاتی

اجزاء:

مغز بادام مقشر	7 عدد	ثعلب مصری	3 ماشہ
مغز تخم کدو شیریں	3 ماشہ	زیرہ سفید	3 ماشہ
مغز تخم تربوز	3 ماشہ	مغز پنبدانہ	3 ماشہ
مغز خیارین	3 ماشہ	برنج بادیان	2 ماشہ
تودری سرخ سفید	3 ماشہ		

ترکیب تیاری:

سب کو خوب باریک کر کے پاؤ سیر شیر گاؤ میں جوش دیں۔ اور 2 تولہ شکر سفید ملا کر کھلیں۔

مقدار خوراک:

ایک ایک ایک خوراک صبح شام کھلا دیا کریں۔

افعال و منافع:

اس کے استعمال سے عورت کی چھاتیوں میں دودھ بکثرت پیدا ہوتا ہے جسم کو طاقت ملتی ہے۔



## بادام سے علاج

63

والی چیزوں سے پرہیز کریں۔

### اکسیر "2"

کچلہ مدبر 5 تولہ مغز بادام 5 تولہ

مویز منقہ 5 تولہ

مندرجہ بالا ادویہ کو پیس کر چھوٹی پیر کے برابر گولیاں بنائیں۔ اور ایک گولی سوتے وقت دودھ سے کھائیں۔

### (25) حب بادام "1"

اجزائے ترکیبی:

مغز بادام 40 عدد سونف 2 ماشہ  
الابنگی سبز 10 عدد سویز منقہ 5 دانہ

ترکیب تیاری:

تمام ادویہ کو پانی میں خوب اچھی طرح گھوٹ کر شیرہ نکالیں اور چینی و روح کیوڑہ ملا کر پیا کریں۔ دن میں دو مرتبہ کافی ہے۔

فوائد:

مقوی دل و دماغ ہے۔ سوزش و جلن کو دور کرتا ہے پیاس کو بجھاتا ہے۔

### حب بادام "2"

سم الفار ایک ماشہ کھل کر کے باریک کریں۔ پھر سات عدد مقشر مغز بادام ایک ایک کر کے ڈالیں۔ اور زوردار ہاتھوں سے تمام دن کھل کرتے رہیں۔

دوسرے روز پھر سات عدد مقشر بادام شامل۔ اس طرح سات روز کھل کریں۔ اور روزانہ سات عدد مقشر بادام ملائے رہیں۔ پھر رتی رتی کی گولیاں بنالیں۔

62

## بادام سے علاج

فوائد:

بعض اوقات فالج، لقوہ اور مرگی وغیرہ کے مریضوں کو بے انتہا خشکی محسوس ہوا کرتی ہے۔ بدن پر سیاہی معلوم ہونے لگتی ہے۔ ایسے عوامل کو رفع کرنے کے لئے یہ جو شانہ مجرب و مفید ہے۔

### (24) حب اکسیر "1"

اجزائے ترکیبی:

مروارید ناسفتہ	1 ماشہ	مشک عنبر	1 ماشہ
ورق طلا	20 عدد	ورق نقرہ	30 عدد
طباشیر	9 ماشہ	جوہر لوہانی	2 ماشہ
ست سلاجیب	6 ماشہ	جدوار	6 ماشہ
زہر مہرہ خطائی	6 ماشہ	ابرشیم مقرض	6 ماشہ
کھربا	6 ماشہ	شہد	3 تولہ
عرق گلاب	2 تولہ	عرق کیوڑہ	1 تولہ
عرق بید مشک	1 تولہ		

ترکیب تیاری:

ان سب ادویات کو حل کر کے چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال:

ایک گولی صبح۔ ایک شام۔

فوائد:

بے حد مقوی باہ ہے۔

پرہیز: اس دوائی کے استعمال کے دوران کھٹی گرم اور تیل سے تیار شدہ کھانے



## ترکیب استعمال:

ایک گولی صبح ایک گولی شام مکھن یا بالائی میں کھلایا کریں مقوی باہ ہے۔

## (26) حب بادام زعفرانی

بادام شیریں	7 ماشہ	کوزہ مصری	7 ماشہ
زعفران	7 ماشہ	دارچینی	7 ماشہ
افیون	7 ماشہ	شکر ف	5.1/2 ماشہ
رب السوس	7 ماشہ		

## ترکیب تیاری:

ہر دو اکوا لگ الگ کوٹ کر ملائیں اور سیاہ مرچ کے برابر گولیاں بنالیں۔

## ترکیب استعمال:

ایک عدد حب بادام زعفرانی صبح پانی کی ساتھ۔

## فوائد:

نزہ، زکام، کھانسی کا کامیاب علاج ہے۔

## (27) حب بک الصوت

## اجزاء:

مغز بادام مقشر	10 عدد	مصری کوزہ	6 ماشہ
مغز کدو شیریں	3 ماشہ	صمغ عربی	4 ماشہ
فلقل دراز	3 ماشہ	کتیرا	4 ماشہ
نمک سنگ	3 ماشہ	رب السوس	4 ماشہ
مغز تخم بابلیہ زرد	3 ماشہ		

## ترکیب تیاری:

سب دواؤں کو باریک کر کے لعاب گاؤ زبان کی مدد سے جنگلی پیر کے برابر گولیاں بنالیں۔

## مقدار خوراک:

ایک ایک گولی دن میں تین بار منہ میں رکھ کر چوستے رہیں۔

## افعال و منافع:

آواز بیٹھ جانے میں بہت مفید ہے اور سینے کی خراہٹ میں بھی نافع ہے۔  
یادداشت:- اس مرض میں مغز بادام شیریں 7 عدد مصری کوزہ 9 ماشہ مکھن تازہ 20 تولہ میں گھوٹ کر چاشنا بہت مفید ہے۔

## (28) حب برہمی

برہمی بوٹی ایک تولہ پیس چھان کر روغن بادام شیریں میں بقدر ضرورت چرب کریں۔ اور مرچ سیاہ 3 ماشہ، الائچی دانہ خورد 3 ماشہ باریک پیس کر شامل کر دیں۔ انہیں تھوڑے سے پانی میں گوندھ کر مرچ سیاہ کے برابر گولیاں بنائیں۔

## ترکیب استعمال:

دو گولی صبح دو شام پانی کے ساتھ

## فوائد:

دافع نسیان ہے۔ ہر قسم کے ضعف دماغ کے لئے مفید ہے۔ حافظے کو قوی کرتی ہے۔

## (29) حب نزہ

مغز بادام شیریں 25 عدد سم الفار 1 ماشہ  
خواب اچھی طرح کھل کر کے رتی رتی کی گولیاں بنالیں۔ ایک گولی صبح ناشتہ



## فوائد

دماغ کو طاقت دینے اور تراوٹ پہنچانے کے لئے بے حد مفید ہے۔

## حریرہ بادام "3"

مغز بادام	20 عدد	نشاستہ	2 تولہ
خشخاش	1 تولہ		

### ترکیب تیاری:

تمام ادویات کو پانی میں گھوٹ کر کپڑے میں چھان لیں اور قدرے گھی ڈال کر آگ پر پکائیں۔ جب پھر نی کی طرح گاڑھا ہو جائے تو آگ سے اتار کر کھانڈ ملا کر بطور ناشتہ استعمال کریں۔

## فوائد:

دماغ کو تقویت دینے کے علاوہ کھانسی نزلہ اور زکام وغیرہ کے لئے از حد مفید ہے۔

## حریرہ بادام "4"

### اجزائے ترکیبی:

مغز بادام مقشر	5 عدد	مغز تخم تربوز	3 ماشہ
مغز تخم کدو شیریں	3 ماشہ	تخم خشخاش	3 ماشہ
گوند بول	3 ماشہ	مصری	3 تولہ
نشاستہ	3 ماشہ		

### ترکیب تیاری:

ان تمام اشیاء کو پانی میں پیس کر ہلکی آنچ پر پکائیں۔ جب گاڑھا ہو جائے تو آگ سے اتار لیں۔

کے آدھ گھنٹہ بعد دودھ کے ساتھ اکیس روز تک استعمال کریں۔ یہ نسخہ پرانے نزلہ زکام کے لئے بے حد مفید ہے۔

## (30) حریرہ بادام "1"

اجزاء:	
مغز بادام	20 عدد
نشاستہ گندم	2 تولہ
خشخاش	1 تولہ

### ترکیب تیاری:

سب کو پانی میں پیس کر کپڑے میں چھان لیں۔ اور قدرے گھی سے داغ دے کر آگ پر پکائیں۔ جب گاڑھا ہو جائے تو اتار کر بقدر ضرورت شیرینی ملا کر پی لیں۔

## فوائد:

تقویت دماغ کے لئے مجرب ہے۔ کھانسی، نزلہ اور زکام میں مفید ہے۔

## حریرہ بادام "2"

مغز بادام شیریں مقشر	5 عدد	مغز خر بوزہ	3 ماشہ
مغز تخم کدو	3 ماشہ	تخم خشخاش سفید	3 ماشہ
مغز تخم خیارین	3 ماشہ	دانہ الائچی سبز	3 ماشہ

### ترکیب تیاری:

سب ادویہ کو پانی میں باریک پیس لیں۔ اور گائے کے گھی میں بگھار کر پکائیں۔ جب حریرے کی مانند ہو جائے۔ آگ سے اتار لیں۔

### ترکیب استعمال:

اس حریرے میں 2 تولہ مصری شامل کر کے مریض کو پلائیں۔



دودھ ڈالیں۔ جب دودھ ابلنے لگے۔ مغزیات کا شیرہ اس میں شامل کریں۔ جب جوش آجائے تو آگ سے نیچے اتار لیں۔

ترکیب استعمال:

بقدر ضرورت مصری ملا کر رات کو سوتے وقت گرم گرم پائیں۔

فوائد:

دافع نسیان، مقوی دماغ، مقوی حافظہ ہے۔

حریرہ بادام "7"

مغز بادام مقشر 1 پاؤ شہد چھوٹی مکھی 1/2 سیر  
ترکیب تیاری:

دونوں کو مرتبان میں ڈال کر دھوپ میں رکھ دیا کریں۔ رات کو اس مرتبان کو شبنم میں رکھیں۔ اسی طرح چالیس روز کریں۔ چالیس روز کے بعد.....

ترکیب استعمال:

ایک مغز بادام روزانہ کھلا دیا کریں اور ایک انگلی شہد چٹا دیا کریں۔

فوائد:

دماغ اور حافظہ کی کمزوری کو دور کرتا ہے۔

(31) حلوہ بادام

اجزائے ترکیبی:

مغز بادام مقشر	20 تولہ	خم خشخاش	5 تولہ
مغز چلغوزہ	5 تولہ	مغز چرہنجی	5 تولہ
مغز تخم کدو	5 تولہ		

ترکیب استعمال

دو تولہ گھی سے بگھار کر گھونٹ گھونٹ پیئیں۔

فوائد:

یہ حریرہ دماغ کو تقویت دیتا ہے۔

حریرہ بادام "5"

مغز بادام	11 عدد	مغز ناریل	1 تولہ
مغز پیستہ	6 ماشہ	الانچی دانہ	1 ماشہ
مغز چلغوزہ	1 تولہ	دارچینی	1 ماشہ

ترکیب تیاری:

سب کو گھونٹ کر شیرہ نکال لیں۔ اس کے بعد تین انڈوں کی زردی اور پاؤ بھر خالص دودھ ملا کر ہلکا سا قوام بنالیں۔ آگ بالکل نرم ہونی چاہیے۔ اس حریرہ کو آگ سے اتار کر تین تولہ پسی ہوئی مصری شامل کر کے نیم گرم استعمال کریں۔

فوائد:

مقوی دماغ اور مقوی باہ ہے۔

حریرہ بادام "6"

آب سیوس گندم	10 تولہ	مغز تخم تربوز	3 ماشہ
مغز بادام شیریں مقشر	5 عدد	خم خشخاش	3 ماشہ
مغز تخم کدو	3 ماشہ	الانچی سبز	2 ماشہ

ترکیب تیاری:

ان تمام اشیاء کو پیس اور چھان کر دو تولہ گھی دیجی میں ڈال کر آگ پر رکھیں اور الانچی خورد کے دانے اس میں چھوڑ دیں۔ جب سرخ ہو جائے تو ایک پاؤ گائے کا



## (33) خمیرہ بادام بیضوی "1"

مغز بادام مقشر دس تولہ کو پانی میں گھوٹ کر شیرہ نکالیں اور اس میں ایک سیر پختہ مصری ملا کر دھیمی دھیمی آگ پر قوام بنالیں۔ جب قوام تیار ہونے پر آجائے تو چند بوند، روح کیوڑہ کی ڈال دیں۔ قوام شربت سے ذرا گاڑھا ہو جانے پر اتار کر کسی صف کڑاہی کے اندر ڈال کر گھوٹ لیں۔ یہاں تک کہ سفید گاڑھا ہو جائے مرکب تیار ہو جائے۔

اب 25 عدد زردی انڈوں کی ابلی ہوئی لے کر تھوڑی تھوڑی ڈالتے جائیں۔ اور حل کرتے جائیں۔ جب زردیاں حل ہو جائیں تو خمیرہ کو مرتبان میں محفوظ کر لیں۔

## ترکیب استعمال:

صبح نہار منہ دودھ کے ساتھ۔

## فوائد:

حد درجہ مقوی دماغ اور مقوی بدن ہے۔

## خمیرہ بادام بیضوی "2"

## اجزاء ترکیبی:

مغز بادام مقشر	20 تولے	مغز پستہ	10 تولے
مغز چلغوزہ	10 تولے	تخم خشک	10 تولے

## ترکیب تیاری:

ان چاروں چیزوں کو صندل سفید کے خیاندے سے گھوٹ کر چھان لیں۔ قلعی دار دیکھی میں پکائیں۔ جب اقوام گاڑھا ہو جائے تو پاؤ بھر زردی انڈوں کی جو ابلی ہوئی ہو۔ قوام میں شامل کر لیں۔ پھر کچھ دیر تک آگ پر پکائیں اور درج ذیل ادویات اس میں شامل کر دیں۔

## ترکیب تیاری:

سب مغزیات کو کوٹ لیں ڈیڑھ سیر چینی ملا کر پانی میں حل کر کے چھان لیں اور آدھ پاؤ گلاب ملا کر آج پر قوام کریں۔  
اب قوام میں مذکورہ بالا دوائیں شامل کر کے تھوڑی دیر پکائیں۔ بعد ازاں سینی میں پھیلا کر ایک پاؤ چینی چمڑک کر ٹھنڈا ہونے دیں۔ اور چھری سے ٹکڑے کر کے اسے محفوظ کر لیں۔

## ترکیب استعمال:

روزانہ صبح 2 تولہ ہمراہ دودھ

## فوائد:

قوت باہ کو تقویت دیتا ہے۔ مادہ منویہ کو بڑھاتا ہے۔ دماغی کمزوری کو دور کرتا ہے۔

## (32) خمیرہ بادام

مغز بادام مقشر ایک پاؤ لے کر ایک سیر شیر گاؤ میں پیس کر کپڑے میں چھان لیں۔ اور مصری آدھ سیر ملا کر نرم آگ پر پکائیں۔  
جب خمیرہ کا قوام آجائے تو خوب گھوٹیں اور سرد ہونے پر چاندی کے ورز 20 عدد اور دانہ الائچی خورد ایک تولہ پیس کر شامل کر کے رکھ دیں۔ مقوی دماغ اور مقوی حافظہ ہے۔

## خوراک:

2-2 تولہ صبح و شام۔



فوائد:

ضعف دل، ضعف معدہ اور ضعف دماغ کے لئے اکسیر ہے۔

## (35) خمیرہ بادام نقرئی

مغز بادام دس تولہ ایک پاؤ گائے کے دودھ میں خوب اچھی طرح گھوٹ کر آدھ سیر مصری ملائیں۔ اور قلعی دار دہی میں ڈال کر دھیمی دھیمی آگ پر پکائیں۔ جب خمیرہ قوام کے مطابق ہو جائے تو چاندی کے پندرہ ورق اور ایک تولہ نم الائچی باریک پیس کر اور شہد ملا کر سرد ہونے دیں خمیرہ تیار ہے۔

ترکیب استعمال:

بوقت صبح دو تولہ ہے چار تولہ تک استعمال کریں۔

فوائد:

مقوی دل و دماغ ہے۔ یادداشت کے لئے اکسیر ہے۔ بڑوں کی بھولی بیری باتیں اس کے استعمال سے یاد آ جاتی ہیں۔ حافظہ کو تیز کرتا ہے۔

## (36) دوائے مقوی باہ

اجزائے ترکیبی:

مغز بنہ دانہ 14 ماشہ مغز بادام 21 عدد

ترکیب تیاری:

دونوں کو باریک پیس لیں اور ایک سیر گائے کے دودھ میں جوش دیں۔ جب دودھ تیسرا حصہ رہ جائے۔ ثعلب مصری 1/2، 4 ماشہ، نبات سفید 4 تولہ ڈال کر ہر روز نوش کریں۔

مشک 2 ماشہ زعفران 6 ماشہ  
ورق نقرہ 25 عدد ورق طلا 15 عدد

ترکیب استعمال:

ایک تولہ دودھ کے ساتھ صبح کے وقت دوسرے ہفتہ دو تولے اور تیسرے ہفتہ اڑھائی تولہ۔

خیاندہ کی ترکیب تیاری:

تین پاؤ عرق گاؤ زبان میں ایک تولہ برادہ صندل سفید ملائیں اور رکھ لیں بارہ گھنٹے بعد خیاندہ تیار ہے۔

فوائد:

یہ مقویات دماغ اغذیہ میں درجہ اول کی چیز ہے۔

## (34) خمیرہ بادام زعفرانی

ہوالشانی

مغز بادام مقشر 5 تولہ زعفران 1 ماشہ  
مغز کشیز مقشر 5 تولہ ورق نقرہ 15 عدد  
طباشر اصلی 6 ماشہ مصری 15 تولے  
دانہ الائچی خورد 6 ماشہ عرق کلاب 2 تولے

ترکیب تیاری:

ان تمام ادویات کو کوٹ چھان کر بدستور معروف خمیرہ تیار کریں۔

ترکیب استعمال:

6 ماشہ صبح کے وقت استعمال کریں۔



فوائد:

مقوی دماغ، مولد منی اور کثیر الفوائد نسخہ ہے۔

## (37) دودھ بادام

تین صد مغز بادام چھیل کر قدرے دودھ میں ڈال کر خوب گھوٹیں۔ جب بالکل مکھن کے طرح نرم ہو جائیں۔ تو اس وقت آدھ سیر دودھ گائے یا بکری میں ملا کر ہلکی آگ پر پکائیں۔ اور دو تین جوش آنے پر اتار کر قدرے مصری ملا کر دو برتنوں میں خوب اچھی طرح دھار باندھ کر لوٹ پوٹ کریں۔ تاکہ جھاگ اٹھنے لگے۔ ٹھنڈا ہو جائے تو استعمال کریں۔

فوائد:

نہایت ہی مقوی دماغ اور لذیذ دودھ تیار ہوتا ہے۔ اس کے پینے کے بعد دماغ کام کرتے ہوئے تھکتا نہیں۔ اور حافظہ غضب کا ہو جاتا ہے۔

## (38) روپ سنگھار

ابٹن بادام

اجزاء:

بادام کی کھلی	1 پاؤ	مچھ	سوا تولہ
ہلدی	سوا تولہ	چھریلہ	سوا تولہ
بالچھر	1 تولہ		

ترکیب تیاری:

ہر ایک کو باریک ہیں کر اچھی طرح ملائیں۔ اور ایک جان کر کے رکھ دیں۔ اس میں سے تھوڑا سا ابٹن لے کر پانی میں گوندھ کر بدن اور چہرہ پر ملیں۔ اس سے چہرہ اور جلد کا کھر دراپن، دھبے اور جھریاں دور ہو جاتی ہیں۔

## (39) روغن بادام

خالص روغن بادام بہت سے امراض کے دفعیہ کے لئے ایک حیرت انگیز دوا ہے۔ ضعف دماغ اور خشکی دماغ کے مریض کو روغن بادام مندرجہ ذیل ترکیب سے استعمال کرنا چاہئے۔

رات کو سوتے وقت روغن بادام کی سر پر مالش کی جائے کانوں میں ڈالا جائے۔ بطور نسوار سونگھا جائے۔ تین ماشہ سے ایک تولہ تک، دودھ میں ملا کر پیا جائے۔

## (40) روغن بادام گل بنفشہ

بنفشہ کے پھول 10 تولہ رات کے وقت سیر بھر پانی میں بھگو کر رکھ دیں۔ صبح آگ پر جوش دیں۔ جب پانی آدھا رہ جائے تو اتار کر مل کر چھان لیں۔ اس پانی میں دس تولہ روغن بادام ملا کر پھر آگ پر رکھیں۔ جب تمام پانی جل جائے اور صرف روغن باقی رہ جائے۔ تو اتار کر محفوظ کر لیں۔

ترکیب استعمال:

آدھ سیر دودھ گرم کے ساتھ 6 ماشہ استعمال کریں۔

فوائد:

اس دوا کے چند روزہ استعمال سے آنٹوں کی خشکی دور ہو جاتی ہے۔ اور قبض کا ہمیشہ کے لئے خاتمہ ہو جاتا ہے۔ دائمی قبض کے مریضوں کے لئے خاص طور پر مفید ہے۔

## (41) روغن قشر بادام

روغن قشر بادام یعنی بادام کے چھلکوں کا تیل بھی ان امراض میں مفید ہے جن میں روغن بادام، کئی اطباء و حکماء جن کی حکمت کی شہرت تھی۔ روغن قشر بادام سے



امراض کا علاج کرتے رہے ہیں۔ اور یہ طریقہ تیل نکالنے کا درجہ ذیل ہے۔  
 بادام کے بیرونی سخت چھلکے ایک سیر ذرا ذرا کوٹ کر قلعی دار دہی میں رکھیں۔  
 اور اس کے درمیان لوہے کی ایک چھوٹی سی سہ پائی رکھ کر اوپر ایلومینم یا چینی کی پیالی  
 رکھ کر دہی کے منہ پر پانی سے بھرا ہوا اتا بڑا برتن رکھیں۔ جس میں کم سے کم پانچ سیر  
 پانی آجائے۔ اور ان کے کنارے گندم کے گوندھے ہوئے آٹے سے خوب اچھی  
 طرح بند کر دیں۔ تاکہ اندر سے بادام کے چھلکوں کی بھاپ باہر نہ نکل سکے۔ جب  
 خوب احتیاط سے کنارے بند ہو جائیں۔ تو آہستہ سے اٹھا کر دہی چولہے پر رکھ دیں  
 دو لکڑیوں کی آگ اندازاً دو اڑھائی گھنٹہ تک جلاتے رہیں۔ اگر اس اثناء میں پانی  
 بہت گرم ہو جائے تو گرم پانی نکال کر ٹھنڈا پانی ڈال دیں پھر آگ بند کر دیں۔ جب  
 پانی سرد ہو جائے تو آہستہ آہستہ پانی والے برتن کو دہی سے جدا کر کے دیکھیں۔ پیالی  
 سرخ رنگ کے تیل سے پر ملے گی۔ اس کو کسی عمدہ شیشی میں ڈال کر حفاظت سے  
 رکھیں۔ اس روغن میں چند بوندیں روئی کی پھریری کے ذریعے داد کو ذرا کھجا کر صبح شام  
 اوپر لگا دیا کریں۔ اسی طرح چنبل کو چڑتے رہیں۔ چند ہی دنوں میں ضرور آرام ہوگا۔

## (42) روغن مالشی

اجزاء:

موم سفید دہی	2 تولہ	روغن تارپین	1 تولہ
روغن کھجور	10 تولہ	پیمپر منٹ آئل	3 ماشہ
روغن بادام شیریں	2 تولہ	یوکلپٹس آئل	2 ماشہ
جربنی بکرا	1 تولہ		

ترکیب تیاری:

سب کو حل کر لیں۔

## ترکیب استعمال:

تھوڑا سا روغن ذرا گرم کر کے سینہ اور نپیلیوں پر مالش کر کے اوپر روئی سینک کر  
 باندھیں۔ بچوں کو ذات الریہ، ڈر، درد سینہ میں اکسیر ہے۔

## (43) روغن مشکی

اجزاء:

روغن بادام شیریں	1 تولہ	مشک خالص	2 رتی
کافور	1 ماشہ		

ترکیب تیاری:

مندرجہ بالا اجزاء کو حل کر لیں۔

## ترکیب استعمال:

اس میں سے تین چار قطرے لے کر ناک میں دور سے سُراکائیں۔

## افعال و منافع:

ناک کی بدبو میں مفید و مجرب ہے۔

## (44) بچوں کی کھانسی

اجزاء:

پوست بچ مدار	3 ماشہ	زنجبیل	3 ماشہ
نوشادر	3 ماشہ	سقمونیا	1 ماشہ
سہاگہ بریاں	3 ماشہ	زعفران	1 ماشہ
فلفل دراز	3 ماشہ	روغن بادیاں	20 قطرے
رب السوس	3 ماشہ	روغن بادام شیریں	1 تولہ
کاکڑا سینگلی	3 ماشہ		



## ترکیب استعمال:

رات کو سوتے وقت گرم دودھ سے استعمال کریں۔ مگر اس کے بعد پانی ہرگز نہ پیئیں۔ اتنی مقدار میں روزانہ استعمال کرتے رہیں۔

## فوائد:

دماغ کو بے حد تقویت دیتا ہے۔ نظر اس قدر تیز ہو جاتی ہے کہ عینک کی ضرورت نہیں رہتی۔

## (46) شربت بادام

مغز بادام	1/2 کلو	دانه الائیجی سبز	1 تولہ
چینی	2 کلو	برادہ صندل سفید	2 تولہ

## ترکیب تیاری:

تمام ادویات کو ایک سیر عرق گلاب میں گھوٹ کر پکڑے سے چھان لیں۔ اور چینی میں قوام کریں۔ ٹھنڈا ہو جانے پر بوتلوں میں بند کر لیں۔

## ترکیب استعمال:

5 تولہ شربت حسب ضرورت پانی میں ملا کر دن میں دو مرتبہ پیا کریں۔

## فوائد:

ہاتھ پاؤں کی جلن، اختلاج قلب، معدہ کی سوزش پیاس، ضعف دماغ، خشک کھانسی کے لئے بے حد مفید ہے۔

## (47) شربت بادام عنبری

## اجزائے ترکیبی:

مغز بادام	10 تولہ	کیاشیم گلیسر و فاسفیٹ	سوا تولہ
عنبر اشہب	1 تولہ		

## ترکیب تیاری:

خشک دواؤں کو مثل غبار کر کے روغنیات سے چرب کریں۔ 12 تولہ شہد میں ملا کر چٹنی بنائیں۔

## مقدار خوراک:

ایک ماشہ سے تین ماشہ تک ایک تولہ عرق بادیاں میں حل کر کے دن میں دو تین مرتبہ چٹا دیا کریں۔

## افعال و منافع:

بچوں کی ہر قسم کی کھانسی کے لئے بے نظیر ہے۔ قبض کشا اور ہاضم بھی ہے۔

## (45) سفوف بادام "1"

## اجزاء:

مغز بادام مقشر	7 عدد	بادیاں	6 ماشہ
مصری	6 ماشہ		

## ترکیب تیاری:

سفوف بنائیں۔ ایک خوراک رات کو سوتے وقت گرم دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔ اس کے بعد پانی نہ پیئیں۔

## سفوف بادام "2"

مغز بادام مقشر	7 عدد	مصری	1 تولہ
سفوف	6 ماشہ		

## ترکیب تیاری:

سفوف اور مصری کو پیس کر سفوف بنالیں۔ اور مغز بادام کو نیم کوب سا کر کے شامل کر لیں۔



سنجھال لیں۔

ترکیب استعمال:

ایک رتی صبح ہمراہ مناسب خمیرہ یا شربت صندل یا شربت بزوری کے ساتھ استعمال کریں۔ اکسیر ہے۔

فوائد:

مفرح قلب ہے۔ دافع حرارت ہے۔ دافع جریان ہے۔  
پرہیز: دوران استعمال کشتہ، گرم غذاؤں، سرخ مرچ تیل سے پکی ہوئی چیزوں، گھٹی چیزوں سے پرہیز کریں۔

(49) کشتہ عقیق

عقیق نمی  
مغز بادام  
عرق گلاب

بے داغ نیمنی عقیق یا زرد جو بھی میسر آئے لے کر تین تین ماشہ کے چار دانے چھانٹ لیں۔ دس تولہ مغز بادام کو خوب گھوٹ کر نغذہ بنائیں۔ اور اس کے درمیان یہ چاروں دانے رکھ کر کوزہ میں بند کر دیں۔ پھر اسے ایک من اوپلوں کی آگ دیں۔ انشاء اللہ سفید رنگ کا کشتہ نکلے گا۔

اس کشتہ کو کھل میں کوٹ کر دن بھر عمدہ سے آتش عرق گلاب میں زور دار ہاتھوں سے کھل کریں۔ اور پھر اس کی ٹکیہ بنا کر 5 تولہ مغز بادام کے نغزہ میں بند کر کے 25 سیر اوپلوں کی آگ دیں۔ کشتہ تیار ہے۔ اب اس کشتہ کو کھل کر کے شیشی میں سنبھال لیں۔

ترکیب استعمال:

ایک رتی کشتہ ایک تولہ مکھن یا 6 ماشہ خمیرہ گاؤ زبان میں رکھ کر کھلائیں۔

ترکیب تیاری:

مغز بادام شیریں کا چھلکا اتار دیں۔ اور پانی میں رگڑ کر شیرہ نکالیں۔ اور اس میں تین پاؤ چینی شامل کر کے قوام بنائیں۔ اور عنبر اشہب اور کیلشیم گلیسر و فاسفیٹ حل کر کے چھان لیں اور محفوظ رکھیں۔

ترکیب استعمال:

ایک تولہ صبح شام پانی یا دودھ ملا کر استعمال کریں۔

فوائد:

نہایت درجہ مقوی اعصاب اور مقوی دماغ ہے۔ ہر قسم کی جسمانی کمزوری، کیلشیم کی کمی اور اس کے عوارض کو دفع کرتا ہے۔

(48) کشتہ سیپ

ہوا لسانی

اجزائے ترکیبی:

سیپ کے ٹکڑے	1 تولہ	مغز بادام	5 تولہ
شہد خالص	5 تولہ	روغن گائے	5 تولہ

ترکیب تیاری:

ان تمام اشیاء کا نغذہ بنا کر سیپ کو درمیان میں رکھ دیں۔ اور کوزہ میں بند کر کے 20 سیر اوپلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر احتیاط سے نکالیں۔ اور کوزہ کی مٹی کو احتیاط سے الگ کر کے سیپ کو نکال لیں۔ ہنر رنگ کا برآمد ہوگا۔

اب اس کو کھل میں ڈال کر ایک روز لعاب گھیکوار کے ساتھ خوب کھل کریں۔ اور ٹکیہ بنا کر کوزہ میں بند کر کے گل حکمت کریں۔ اور دس سیر اوپلوں کی آگ دیں۔ آگ کے بالکل سرد ہو جانے پر اس کو نکال لیں۔ اور باریک پیس کر کر شیشی میں



## ترکیب تیاری:

مغز بادام حسب ضرورت لے کر پانی میں گھوٹیں اور 5 تولہ گوندنی کی صاف و شفاف ڈلی پر لپ کر کے دھکتے ہوئے کولکولی پر رکھ دیں۔ جب بادام کا لپ جل جائے اور کوئلے سرد ہو جائیں۔ اور گوندنی پھول جائے تو نکال کر پیس لیں۔

## ترکیب استعمال:

چار رتی مکھن یا بالائی میں شامل کر کے دیں۔

## فوائد:

خشک کھانسی کے لئے مفید تر ہے۔ جو مریض کو جب تنگ کرتی ہو، اکسیر ہے۔

## (51) کشتہ مرجان

خشک کھانسی کے لئے مفید تر ہے۔ جو مریض کو جب تنگ کرتی ہو، اکسیر ہے۔

مغز بادام 5 تولہ شاخ مرجان 1 تولہ

## ترکیب تیاری:

مغز بادام خوب گھوٹ لیں۔ اور پانی کا چھینٹا دے کر درمیان میں ایک تولہ شاخ مرجان رکھ دیں۔ اور اسے کوزہ میں بند کر کے بیس سیر اوپلوں کی آگ دیں۔ آگ کے سرد ہونے پر نکال لیں۔

اگر ایک آگ سے شاخ مرجان سفید ہو جائے تو بہتر ورنہ دوسری بار 5 تولہ مکھن میں رکھ کر پھر دس سیر اوپلوں کی آگ دیں۔ بس تیار ہے۔ اس کو کھرل میں باریک پیس کر سنبھال لیں۔

## ترکیب استعمال:

ایک رتی 6 ماشہ خمیرہ گاؤ زبان، مکھن یا بالائی میں شامل کر کے دیں۔

## فوائد:

اختلاج قلب اور ضعف قلب کے مریض کے لئے مفید ہے۔ کشتہ دو ہفتے تک استعمال کیا جائے۔

## پرہیز:

دوران استعمال گرم غذاؤں اور سرخ مرچ سے گریز و پرہیز کیا جائے۔

## (50) کشتہ گاؤدنی

استاد الحکماء حکیم محمد عبد اللہ صاحب "خواص الاشیاء" میں رقمطراز ہیں۔ کہ گاؤدنی دراصل ایک قسم کا چونا ہے جسے آج سے پچاس سال پہلے بطور چونا قلمی کے استعمال کیا جاتا رہا ہے۔ مگر اب گراں ہونے کی وجہ سے اسے ترک کر دیا گیا ہے۔

گوندنی موسمی بخاروں کے لئے بہت مفید ہے۔ اس لئے بسا اوقات سادھو لوگ اس کو پھونک کر اپنی دھونی کی راکھ میں ملا کر رکھ لیتے ہیں۔ اور سنیاں کی دھاک جمانے کے لئے مریضوں کو دھونی کی راکھ کہہ کر دیتے ہیں۔ گوندنی کو نیم میں کشتہ کریں۔ تو یہ خون بند کرنے کے لئے مفید ثابت ہوتی ہے۔ اور ک میں کشتہ کرنے سے کھانسی اور دمہ کے لئے مفید ہوتی ہے۔ مگر ہم اسے مغز بادام میں کشتہ کرنے کی ترکیب عرض کرتے ہیں جس سے یہ مقوی دماغ اور خشک کھانسی کے لیے مفید بن جاتی ہے بنائیں اور اس سے فائدہ حاصل کریں۔

## ہوالشانی

## اجزائے ترکیبی:

مغز بادام حسب ضرورت  
گوندنی 5 تولہ



مغز ناجیل	3 تولہ	تخم خشخاش	3 تولہ
انیسون	14 ماشہ	لسان العصافیر	2 ماشہ
بہمن سرخ	7 ماشہ	صلیۃ العلب	7 ماشہ
دار چینی	7 ماشہ	صمغ عربی	7 ماشہ
گوند ڈھاک	7 ماشہ	کتیرا	7 ماشہ
لوبان	2.1/2 تولہ	قد سفید	تمام ادویہ سے دو چند

### ترکیب استعمال:

7 ماشہ گائے کے دودھ سے دیں۔

جوز بواہد بر کرنے کا طریقہ:

جوز بواہد لے کر ان پر خمیرہ آرد کالیپ کریں۔ اور آدھ سیر دودھ میں جوش دیں۔

جب دودھ جذب ہو جائے نکال دیں۔

### (54) لعوق بادام

بادام شیریں مقشر	15 ماشہ	کتیرا	1 تولہ
گوند کیکر	10 ماشہ	نشاستہ	1 تولہ
مغز کدو	10 ماشہ	رب السوس	1 تولہ

### ترکیب تیاری:

سب ادویہ کو کوٹ چھان کر 6 تولہ چینی کا قوام بنا کر دوائیں شام ترکیب کر دیں۔

### ترکیب استعمال:

ایک تولہ صبح ایک تولہ شام

فوائد:

خشک کھانسی، زکام اور بخارے کے لئے بہت مفید ہے۔

### (52) کشتہ نیلم

نیلم کے ٹکڑے	1 تولہ	شہد خالص	5 تولہ
مغز بادام	5 تولہ	گائے کا گھی	5 تولہ

### ترکیب تیاری:

ان تمام اشیاء کا نعذہ بنا کر نیلم کو درمیان میں رکھ دیں۔ اور کوزہ میں بند کر کے 20 سیر ایلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر احتیاط سے نکال لیں اور کوزہ کی مٹی کو احتیاط سے الگ کر کے نیلم کو نکال لیں۔ سبز رنگ کا برآمد ہوگا۔

اس کو پختہ قسم کے کھل میں ڈال کر ایک روز لعل گھیکوار کے ساتھ خوب کھل کریں۔ اور نکیہ بنا کر کوزہ میں بند کر کے گل حکمت کریں۔ دس سیر ایلوں کی آگ دیں۔ آگ کے بالکل سرد ہونے پر نکال لیں۔ اور بار یک پیس کر شیشی میں سنبھال لیں۔

### ترکیب استعمال:

ایک رتی صبح ہمراہ مناسب خمیرہ یا شربت صندل یا بزوری معتدل کے ساتھ استعمال کریں۔

فوائد:

مفرح قلب ہے۔ دافع حرارت ہے۔ دافع جریان ہے۔

### (53) لبوب باہ

### اجزائے ترکیبی:

انیون مصری	14 ماشہ	زعفران	7 ماشہ
جوز بواہد بر	5 عود	مغز تخم خیارین	3 تولہ
مغز بادام	3.1/2 تولہ	مغز تخم تربوز	3.1/2 تولہ



## ترکیب استعمال:

ایک تولہ سے دو تولہ تک گرم دودھ کے ساتھ

فوائد:

قبض کشا ہے۔ مقوی دماغ ہے۔

## (58) معجون مقوی باہ "1"

اجزاء:

سوا 9 ماشہ	بوزیدان	موصلی سفید
سوا 9 ماشہ	اسارون	موصلی سیاہ
سوا 9 ماشہ	اسکندنا گوری	تودرین
سوا 9 ماشہ	مناقلی مصری	بہمین
30 عدد	کیسر کشمیری	ہرایک
3 ماشہ	روغن بادام	1 تولہ
3 ماشہ	مغز پیسہ دانہ	مغز پیسہ
3 ماشہ	تمہالم	مغز چروچی
3 ماشہ	اسپند بریاں	مغز چلوڑہ
3 ماشہ	قرافل	مغز اخروٹ
3 ماشہ	خرف	مغز نارجیل مقشر
3 ماشہ	دارچینی	مغز فندق
3 ماشہ	جوزبوا	سوا 9 ماشہ
3 ماشہ	جاوتری	سوا 9 ماشہ

## (55) مجرب سرسام

جو کاپانی سات تولہ لعاب اسپنول ڈھائی تولہ روغن بادام اور روغن کدو ہر ایک تین تولہ سب گولہ کر حقہ کریں۔ سرسام کے لئے نافع ہے۔

## (56) مرکب سفوف بادام

اجزاء:

مغز بادام شیریں	1 پاؤ	شکر سفید مصفی	1/2 پاؤ
صمغ عربی	2.1/2 تولہ		

## ترکیب تیاری:

سب ادویہ کو علیحدہ علیحدہ کر کے ملائیں۔

## خوراک:

4 ماشہ سے 8 ماشہ تک۔

فوائد:

یہ مرکب سفوف خراش دار کھانسی میں مفید ہے۔ مقوی دل و دماغ ہے۔

## (57) معجون بادامی

مغز بادام مقشر	5 تولہ	گل قند	10 تولہ
مویز منقہ	5 تولہ		

## ترکیب تیاری:

مغز بادام کو خوب کوٹ کر باریک کر لیں۔ اس میں مویز منقہ ملا کر گھوٹیں۔ بعد ازاں گل قند بنا کر محفوظ کر لیں۔



## (59) مقوی اعصاب زعفرانی

اجزائے ترکیبی:

مغز بادام	2 تولہ	کچلہ مدبر	1 تولہ
مویز منقہ	1 تولہ	زعفران	6 ماشہ

ترکیب تیاری:

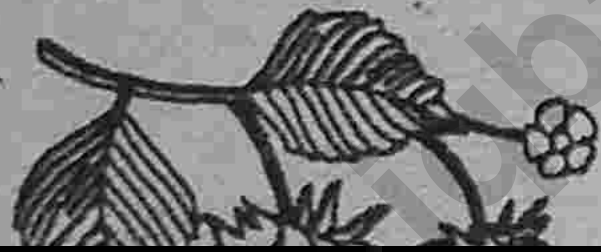
بدستور معروف رتی رتی کی گونیاں بنالیں۔

ترکیب استعمال:

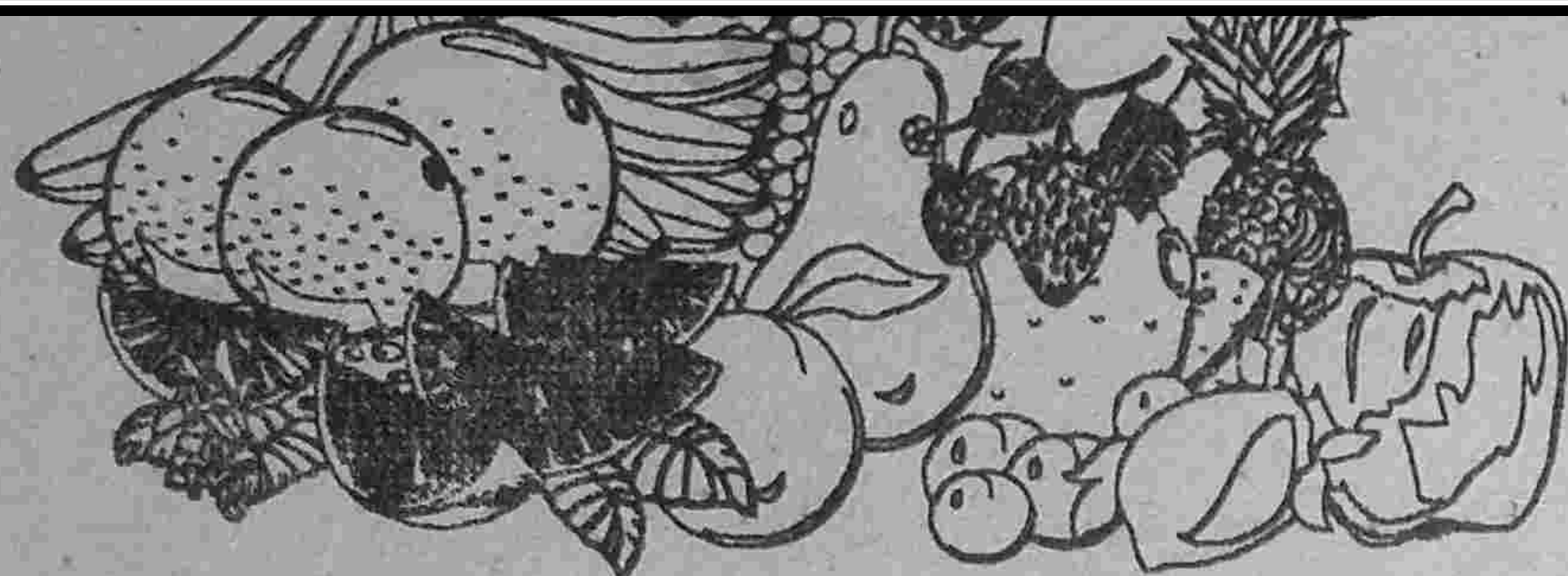
ایک گولی ناشتہ کے بعد۔

فوائد:

مقوی اعصاب ہے اعصاب کی ہر قسم کی کمزوری کو دور کرتی ہے۔ جوڑوں کے درد کے لئے مفید ہے۔



مزید کتب پڑھنے کے لئے آج ہی وزٹ کریں : www.iqbalkalmati.blogspot.com



ترکیب تیاری:

سب دواؤں کو کوٹ چھان کر روغن بادام سے چرب کریں اور تین گنا شہد میں ملا کر معجون تیار کریں۔

مقدار خوراک:

6 ماشہ صبح 6 ماشہ شام کھا کھانے سے پہلے ایک پاؤدھ سے کھائیں۔

افعال و منافع:

صفحہ باہ کے لئے نہایت مفید۔ مقوی اعضائے رئیسہ اور مغلظ منی ہے۔

معجون مقوی باہ ”2“

مایہ شتر اعرابی	1 تولہ	ریگ ماہی	1 تولہ
مغز کبوتر جنگلی	1 تولہ	مغز کنجشکر	1 تولہ
مغز بادام	1 تولہ	زنجبیل	1 تولہ
زردی بیضہ مرغ	1 تولہ		

ترکیب تیاری:

سب کو ملا کر دو چند شہد خالص کے ساتھ معجون بنائیں۔

مقدار خوراک:

7 ماشہ صبح 7 ماشہ شام معجون کھا کر اوپر سے دودھ پیئیں۔ صرف تین ہفتے کے استعمال سے باہ میں بے حد قوت آئے گی۔



## بد ہضمی کی اصلاح

بعض دفعہ ایسا ہوتا ہے کہ ہم کوئی پھل یا کوئی سبزی یا غذا زیادہ یا بے موقع استعمال کر بیٹھتے ہیں جس کے نتیجے میں بد ہضمی ہو جاتی ہے۔ ایسی صورت میں بد ہضمی کی اصلاح کے لئے دوسرے پھل یا غذائیں لکھ دی گئی ہیں۔ مثلاً آپ آم زیادہ کھانے کے سبب بد ہضمی کا شکار ہو جاتے ہیں تو اس کا علاج یہ ہے کہ دودھ پی لیجئے۔ اصلاح ہو جائے گی۔ اسی طرح علی ہذا القیاس۔

آم کی بد ہضمی دودھ کی لسی یا دودھ پینے سے دور ہوتی ہے۔  
پوڑا کی بد ہضمی عرق اجوائن سے دور ہوتی ہے۔  
انار کی بد ہضمی ہرڈ یا نمک سے ختم ہوتی ہے۔  
پیلو کی بد ہضمی اسپنول سے دور ہوتی ہے۔  
تر (گکڑی کی) بد ہضمی اجوائن اور نمک سے ختم ہوتی ہے۔  
خربوزہ کی بد ہضمی لیویا شہد سے دور ہوتی ہے۔  
راب کی بد ہضمی کھائی سے ختم ہوتی ہے۔  
پان کی بد ہضمی سمندر جھاگ سے ختم ہوتی ہے۔  
تمباکو کی بد ہضمی تازہ دودھ پینے سے دور ہوتی ہے۔  
خربانی کی بد ہضمی مصری یا جبین سے ختم ہوتی ہے۔  
شکر قندی کی بد ہضمی دہی یا سرکہ سے ختم ہوتی ہے۔  
پھنی کی بد ہضمی لونگ سے دور ہوتی ہے۔  
تل کی بد ہضمی شہد سے دور ہوتی ہے۔  
داکھ کی بد ہضمی جبین یا کھیرا سے ختم ہو جاتی ہے۔  
سرکہ کی بد ہضمی مٹھائی سے ختم ہوتی ہے۔  
پستہ کی بد ہضمی چھوٹی ہڑ سے ختم ہوتی ہے۔

توری اور گھیا کی بد ہضمی سوٹھ سے دور ہوتی ہے۔  
دہی کی بد ہضمی سوٹھ، نمک یا زیرہ سے ختم ہوتی ہے۔  
سپاری کی بد ہضمی گوند کثیرا سے ختم ہوتی ہے۔  
انروٹ کی بد ہضمی انار سے ختم ہوتی ہے۔  
آلو کی بد ہضمی گرم مصالحہ یا سوڈا سے دور ہوتی ہے۔  
باتھو کی بد ہضمی گرم مصالحہ سے دور ہوتی ہے۔  
پرول کی بد ہضمی دھنیا سے ختم ہوتی ہے۔  
بادام کی بد ہضمی کھانڈ (چینی) سے ختم ہوتی ہے۔  
اٹی کی بد ہضمی بنفشہ سے ختم ہوتی ہے۔  
انگور کی بد ہضمی گلکند یا سونف سے دور ہوتی ہے۔  
پالک کی بد ہضمی کھنکھنہ یا سوٹھ سے دور ہوتی ہے۔  
بہی کی بد ہضمی شہد سے دور ہوتی ہے۔  
توری اور بھنڈی کی بد ہضمی سونف سے ختم ہوتی ہے۔  
انجیر کی بد ہضمی بادام سے ختم ہوتی ہے۔  
سنگترہ کی بد ہضمی گڑ سے دور ہوتی ہے۔  
بینگن کی بد ہضمی سرکہ یا گھی سے ختم ہوتی ہے۔  
تیل کی بد ہضمی کانچی یا سرکہ سے ختم ہوتی ہے۔  
انیم کی بد ہضمی گھی اور دار چینی سے دور ہوتی ہے۔  
سیب کی بد ہضمی دار چینی یا گل قند سے ختم ہوتی ہے۔  
بیس کی بد ہضمی سہاجنہ کے اچار یا سبزی سے ختم ہوتی ہے۔  
تر بوز کی بد ہضمی گڑ، یا گرم پانی سے ختم ہوتی ہے۔  
امرود کی بد ہضمی سوٹھ اور سونف سے ختم ہوتی ہے۔  
سیم کی بد ہضمی گرم مصالحہ سے دور ہوتی ہے۔

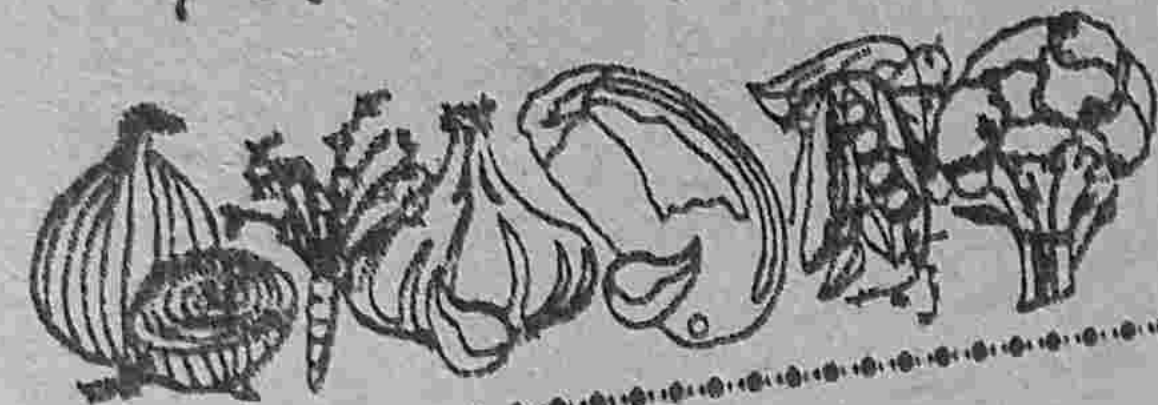


بھنگ کی بد ہضمی دودھ گھی سے ختم ہوتی ہے۔  
 جوار کی بد ہضمی گل قند سے دور ہوتی ہے۔  
 اروی کی بد ہضمی کھٹائی یا دار چینی سے ختم ہوتی ہے۔  
 سنگھاڑا کی بد ہضمی ناگہ موٹھ یا کھاری بوتل سے دور ہوتی ہے۔  
 بھنڈی کی بد ہضمی گرم مصالحہ سے دور ہوتی ہے۔  
 جو کی بد ہضمی گرم مصالحہ اور نمک سے ختم ہوتی ہے۔  
 اربہ کی بد ہضمی کھٹائی یا گھی سے ختم ہوتی ہے۔  
 ساگ سرسوں کی بد ہضمی کھٹ سے دور ہو جاتی ہے۔  
 بیر کی بد ہضمی نمکین نیم گرم پانی سے ختم ہوتی ہے۔  
 جھینگا مچھلی کی بد ہضمی روغن بادام اور کھانڈ سے دور ہوتی ہے۔  
 آڑو کی بد ہضمی سونٹھ، ہینگ، شہد یا ادراک سے ختم ہوتی ہے۔  
 شریفہ کی بد ہضمی کھٹائی سے دور ہو جاتی ہے۔  
 بھینس کے دودھ کی بد ہضمی سیندھانمک سے ختم ہوتی ہے۔  
 چاول کی بد ہضمی نمک و کالی مرچ سے ختم ہوتی ہے۔  
 آملہ کی بد ہضمی سوڈا، سونٹھ یا روغن بادام سے ختم ہوتی ہے۔  
 شہد کی اناردانہ اور دھنیا سے ختم ہو جاتی ہے۔  
 بکری کے دودھ کی بد ہضمی شہد اور سونف سے ختم ہوتی ہے۔  
 سوڑہ کی بد ہضمی گل قند سے دور ہوتی ہے۔  
 چائے کی بد ہضمی سونف یا دودھ سے دور ہوتی ہے۔  
 کانچی کی بد ہضمی روغن بادام سے دور ہوتی ہے۔  
 شراب کی بد ہضمی اناردانہ کے پانی میں الائچی ڈال کے ختم ہوتی ہے۔  
 لوبیا کی بد ہضمی سونف، نمک یا زیرہ سے ختم ہوتی ہے۔  
 چلو زہ کی بد ہضمی کھٹائی سے ختم ہوتی ہے۔

کھنب کی بد ہضمی گرم مصالحہ سے دور ہوتی ہے۔  
 کافور کی بد ہضمی کھانڈ سے دور ہوتی ہے۔  
 مکھن کی بد ہضمی شہد، کھانڈ یا نمک سے ختم ہوتی ہے۔  
 چھاچھ کی بد ہضمی لیمو یا کالی مرچ سے ختم ہوتی ہے۔  
 تھوڑی کی بد ہضمی چھاچھ سے ختم ہوتی ہے۔  
 شہتوت کی بد ہضمی جبین سے ختم ہوتی ہے۔  
 مچھلی کی بد ہضمی آم کے رس یا شہد سے ختم ہوتی ہے۔  
 فالہ کی بد ہضمی گل قند سے ختم ہوتی ہے۔  
 کھیرا کی بد ہضمی جوائن اور نمک سے ختم ہوتی ہے۔  
 گائے کے دودھ کی بد ہضمی سوڈے سے دور ہوتی ہے۔  
 ماش کی بد ہضمی سونٹھ، ہینگ یا کالی مرچ سے ختم ہوتی ہے۔  
 کپالو کی بد ہضمی کھٹائی دار چینی سے ختم ہوتی ہے۔  
 خوبانی کی بد ہضمی مصری یا جبین سے ختم ہوتی ہے۔  
 کدو کی بد ہضمی گرم مصالحہ سے دور ہوتی ہے۔  
 مسور کی بد ہضمی گھی یا سرکہ سے دور ہوتی ہے۔  
 گوشت کی بد ہضمی گڑ سے ختم ہوتی ہے۔  
 گاجر کی بد ہضمی گڑ سے ختم ہوتی ہے۔  
 کیلا کی بد ہضمی نمک، سونٹھ یا شہد سے ختم ہوتی ہے۔  
 مونگ کی بد ہضمی کھٹائی سے ختم ہوتی ہے۔  
 گھی کی بد ہضمی گرم پانی یا لیمو سے ختم ہوتی ہے۔  
 گھیا کی بد ہضمی سونٹھ یا اناردانہ سے ختم ہوتی ہے۔  
 کمل گٹا کی بد ہضمی شہد سے ختم ہوتی ہے۔  
 پنے کی بد ہضمی اجوائن سے ختم ہوتی ہے۔



گیہوں کی بد ہضمی سرکہ، کانچی یا سوڈے سے دور ہوتی ہے۔  
 گڑ کی بد ہضمی کھٹائی سے ختم ہوتی ہے۔  
 کلفہ کی بد ہضمی پودینہ سے ختم ہوتی ہے۔  
 مولیٰ کی بد ہضمی اس کے پتے نمک یا گڑ سے ختم ہوتی ہے۔  
 لہسن کی بد ہضمی دھنیا، یا دودھ سے ختم ہوتی ہے۔  
 گو بھی کی بد ہضمی ادراک یا گوم مصالحہ سے دور ہوتی ہے۔  
 کریلہ کی بد ہضمی نمک یا سوٹھ یا شہد سے ختم ہوتی ہے۔  
 قہوا کی بد ہضمی دھنیا یا لیمو سے دور ہوتی ہے۔  
 گنے کے رس کی بد ہضمی اجوائن یا ادراک سے ختم ہوتی ہے۔  
 پیٹھی کی بد ہضمی کھٹائی یا گڑ سے دور ہوتی ہے۔  
 گولر کی بد ہضمی سوٹھ سے ختم ہوتی ہے۔  
 مرج لال کی بد ہضمی شہد اور گھی سے دور ہوتی ہے۔  
 مٹر کی بد ہضمی نمکین معمولی گرم پانی سے ختم ہوتی ہے۔  
 لیمو کی بد ہضمی نمک، بنفشہ یا سوڈے سے ختم ہوتی ہے۔  
 ناریل کی بد ہضمی کھانڈ سے ختم ہوتی ہے۔  
 چلغوزہ کی بد ہضمی کھٹائی سے ختم ہوتی ہے۔  
 نارنگی کی بد ہضمی گڑ سے ختم ہوتی ہے۔  
 ہینگ کی بد ہضمی گوند کتر سے ختم ہوتی ہے۔  
 عام طور پر ہر طرح کی بد ہضمی، سونف یا اجوائن سے یا لیموں کے رس سے یا  
 کھانے کا سوڈا چنگی بھر پانی میں گھول کر پلانے سے دور ہو جاتی ہے۔



ٹیلی پیٹھی سیکھنے کے لیے ایک آسان اور ابتدائی کتاب

## ٹیلی پیٹھی سیکھئے

- آپ اس کتاب کے ذریعے اپنے ذہن کی زندہ پوشیدہ پراسرار قوتوں کو حاصل کر سکتے ہیں
- آپ شمع بینی کے طریقے اور ٹیلی پیٹھی کی مختصر تاریخ جان سکیں گے۔
- اس کتاب کے ذریعے آپ قوت خواص، چھٹی جس، حرارت پیا حس، وزن حس، توازن حس، کے بارے میں جان سکیں گے۔
- آپ کی آنکھیں کیا کہتی ہیں، روحیت کیا ہے۔
- اس میں مختلف مشقوں کے بارے میں موجود ہے۔
- اگر آپ علم روحیت کی بالیدگی چاہتے ہیں تو اس کا طریقہ کار بھی اس کتاب میں ملے گا۔
- سوچ کے نت نئے طریقے بتائے گئے ہیں۔
- آپ اس کتاب کے ذریعے اور اس کی آسان مشقوں سے ٹیلی پیٹھی کے طالب علم بن سکتے ہیں۔

یہ کتاب آپ اپنے قریبی بحصال سے یا ہم سے -40/- روپے کا منی آرڈر بھیج کر حاصل کر سکتے ہیں۔

شمع ہک ماچھنسی  
 نیو اردو بازار  
 نوید اسکوار  
 کراچی



بچوں کے مشہور مصنف صفدر شاہین کے قلم سے

شیخ چلی پر لکھی گئی مشہور کہانیاں

(1) شیخ چلی خونی جنگل میں

(2) شیخ چلی منکوٹارزن

(3) شیخ چلی طلسمی پری

(4) شیخ چلی اور حاتم طائی

(5) شیخ چلی اور عمرو عیار

(6) شیخ چلی اور کھرام جادوگر

(7) شیخ چلی جادوگری میں

(8) شیخ چلی کی عیاریاں

(9) شیخ چلی اور جنات کی شہزادی

(10) شیخ چلی اور داور

(11) شیخ چلی اور الہ دین

(12) شیخ چلی اور قہقہہ دیو

ایک اچھا ادارہ

شمع بک ایجنسی نیو اردو بازار نوید اسکوائر کراچی



جدید سائنس کی روشنی میں زیتون کے خواص و فوائد

## زیتون کے علاج

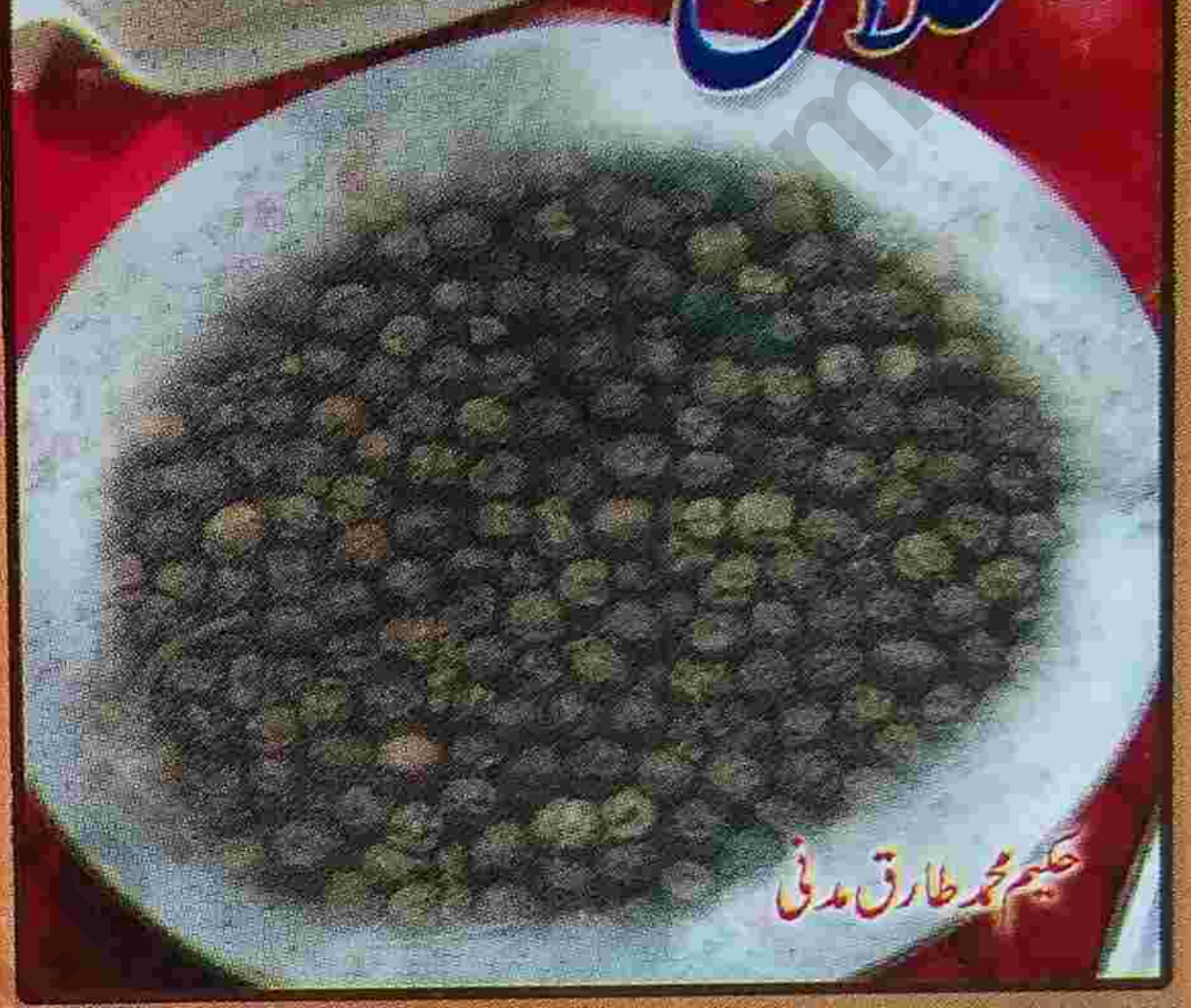
حکیم محمد طارق مدنی



جدید سائنس کی روشنی میں کالی مرچ کے خواص و فوائد

## کالی مرچ سے علاج

حکیم محمد طارق مدنی



## پھلوں، سبزیوں کے طبی فوائد

اللہ تعالیٰ نے بے شمار جسمانی بیماریوں اور مضر اثرات سے بچاؤ کا نسخہ پھلوں اور سبزیوں میں مضمر کر دیا ہے



صحت مند ماں اور بچہ کے لیے پیدائش سے قبل اور بعد

## ماں بچہ کی بیماریاں اور علاج

حکیم فیض عالم فیض فتح پوری



Ph:  
2773302

شمع بک بجنسی نیو اردو بازار کراچی